

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ШМИДТ АЛЕНА АЛЕКСАНДРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОСОБЕННОСТИ ТРЕВОЖНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С
РАЗНЫМ УРОВНЕМ УСПЕВАЕМОСТИ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Психология образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
к.псх.н., доцент Дубовик Е.Ю.

28.05.18

Научный руководитель

к.псх.н., доцент Тодышева Т.Ю.

28.05.18

Дата защиты

28.06.18

Обучающийся

Шмидт А.А.

28.05.18

Оценка _____

Красноярск 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	2
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ УСПЕВАЕМОСТИ	5
1.1. Тревожность младших школьников как психолого-педагогическая проблема	5
1.2. Учебная деятельность в младшем школьном возрасте	11
1.3. Особенности тревожности младших школьников с разным уровнем успеваемости	21
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1	29
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ УСПЕВАЕМОСТИ	30
2.1. Организация и методы исследования.....	30
2.2. Анализ результатов исследования.....	35
2.3. Психолого-педагогической программы по коррекции повышенной тревожности младших школьников в учебной деятельности.....	42
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	46
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	48
ПРИЛОЖЕНИЯ	51

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы. В настоящее время проблема личностной тревожности как психологического феномена актуальна и современна, сегодня так же, как и много лет назад. Несмотря на большое количество работ, посвященных ей, большинство важных вопросов остаются не разрешенными и на сегодняшний день.

Выдающиеся зарубежные и отечественные ученые, философы, врачи-неврологи, психотерапевты, психиатры, педагоги и другие специалисты изучали особенности возникновения и проявления личностной тревожности на разных возрастных этапах развития. Изучением тревожности занимались такие психологи, как Александр Иванович Захаров, Зигмунд Фрейд, Анна Михайловна Прихожан, Чарльз Спилбергер, Карен Хорни и др. [26].

Особенно ярко тревожность проявляется в младшем школьном возрасте. Без знания особенностей проявления тревожности младших школьников трудно верно реагировать на их поступки, целенаправленно руководить процессом воспитания.

Тревожность – очень широко распространенный психологический феномен нашего времени. Она является частым симптомом неврозов и пусковым механизмом расстройства эмоциональной сферы личности.

Начальное образование рассматривается как фундамент общего и профессионального образования. Успешное обучение в начальной школе определяет судьбу человека, его будущую жизнь, так как именно в этом возрасте формируются базовые основания личности человека.

Изучение данной проблемы указывает взаимосвязь тревожности и эффективности обучения младших школьников. Психологи отмечают, что тревожность является негативным фактором, который не дает возможность реализоваться детям в учебной деятельности.

Объектом исследования является тревожность младших школьников.

Предметом исследования выступили особенности тревожности младших школьников с разным уровнем успеваемости.

Цель исследования – выявить особенности тревожности младших школьников с разным уровнем успеваемости.

Гипотеза, лежащая в основе исследования: мы предполагаем, что младшие школьники с высоким уровнем успеваемости имеют низкий уровень тревожности, младшие школьники с низким уровнем успеваемости имеют высокий уровень тревожности.

Задачи:

1. Изучить теоретический анализ тревожности у младших школьников.
2. Провести эмпирическое исследование особенностей тревожности у детей младшего школьного возраста.
3. Выявить особенности тревожности младших школьников с разным уровнем успеваемости.
4. Разработать рекомендации для снижения уровня тревожности у младших школьников.

Методы исследования: теоретические (анализ литературы), эмпирические (тестирование – методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филипса), методика многомерной оценки детской тревожности (МОТД)).

Теоретическая значимость исследовательской работы заключается в том, чтобы обобщить теоретические представления об особенностях тревожности младших школьников с различным уровнем успеваемости.

Практическая значимость исследования: заключается в возможности использования полученных результатов на практике для разработки коррекционно-развивающей программы по снижению уровня тревожности у и повышения уровня успеваемости у младших школьников.

База и выборка исследования. Исследование проводилось на базе МБОУ СШ № XX г. Красноярска, выборка исследования представлена 90 обучающимися в возрасте 9-10 лет.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы, приложения. Текст работы сопровождается таблицами и гистограммами.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ УСПЕВАЕМОСТИ

1.1. Тревожность младших школьников как психолого-педагогическая проблема

В настоящее время актуальная проблема человечества – это психическое состояние. Необходимо отметить, что особое внимание уделяется состоянию беспокойства, нервно-психическому неблагополучию.

В психологии феномен тревожности рассматривали как проявление неблагополучия, связанное с нервно-психическими заболеваниями, тяжелыми соматическими заболеваниями, последствиями перенесенной психической травмы. Также следует отметить, что данный феномен нередко рассматривается как механизм развития неврозов. В таком случае его возникновение связано наличием глубоких внутренних конфликтов, недостаточности внутренних ресурсов для достижения поставленной цели, разногласия между потребностью и нежелательностью способов ее удовлетворения [17].

В психолого-педагогической литературе феномен тревожности определяется, как склонность человека переживать тревогу. То есть это такое эмоциональное состояние, которое возникает в ситуациях неопределенной опасности и проявляется в ожидании неблагоприятного развития событий. Повышенная тревожность приводит к дезорганизации деятельности человека. Что в свою очередь приводит к низкой самооценке и неуверенности в себе. Эмоциональное состояние тревожности выступает в качестве одного из механизмов развития невроза [23].

В настоящее время отношение к феномену тревожности в российской психологии заметно изменилось. Современный подход к данному феномену

основывается на том, что его рассматривают не только как негативную черту личности, но и как неадекватность структуры деятельности по отношению к ситуации.

В.С. Мерлин трактует феномен тревожности как обобщенную характеристику психической деятельности, который связан с инертностью нервных процессов [32].

А.М. Прихожан трактует феномен тревожности как личностное свойство, которое формируется в результате фрустрации межличностной надежности со стороны ближайшего окружения [36].

Работы А.М. Прихожан показывают, что тревога и тревожность обнаруживают связь с историческим периодом жизни общества. Данные события отражаются в содержании страхов, характере возрастных пиков тревоги, частоте, распространенности и интенсивности переживания тревоги, что является значительным ростом количества тревожных детей и подростков в нашей стране в последнее десятилетие [36].

По мнению А.И. Захарова тревожность зарождается уже в раннем детском возрасте и отражает тревогу, основанную на угрозе потери принадлежности к группе. Развивая мысль о генезисе тревожности, он отмечает, что проявление беспокойства в период от 7 месяцев до 1 года 2 месяцев может явиться предпосылкой для развития тревоги. При неблагоприятном стечении обстоятельств тревога перерастает в тревожность. В возрасте 7 лет можно говорить о развитии тревожности как о черте личности [19].

В настоящее время механизмы формирования тревожности остаются неопределёнными. А.М. Прихожан выделяет два типа тревожности:

1. Беспредметная тревожность заключается в том, когда младший школьник не может соотнести возникающее у него переживание с конкретным объектом;

2. Тревожность как склонность к ожиданию неблагоприятия в различных видах деятельности и обобщения [36].

Необходимо разграничивать понятия тревожность и страх. К. Изард определяет страх как специфическую эмоцию, которая выделяется в отдельную категорию. Множество эмоций включает в себя тревога. Страх как отдельная эмоция влияет на когнитивные процессы и поведенческие акты. Так же страх взаимодействует с другими эмоциями [21].

Страх является ключевой эмоцией в состоянии тревоги. В тревожном состоянии кроме страха может присутствовать печаль, стыд и др. Эмоции страха подвержен любой возраст и в каждой возрастной группе существуют «возрастные страхи». В определенном возрасте проявляется определенный страх. При нормальном развитии страх исчезает в течении 3–4 недель. Если же этого не произошло, то возникает невротический страх, который характеризуется большой эмоциональной интенсивностью, напряжением [9].

Отечественная психология заменяет понятие тревоги понятием психологическая напряженность. Н.И. Наенко определяет термин психологическая напряженность как понятие свободное от отрицательных ассоциаций. В работах Ч.Д. Спилберга указывается, что исследователи тревоги используют разнообразные термины в своих работах [38]. Для упорядочивания терминов выделяются самостоятельные семантические единицы: тревога, немотивированная тревожность, личностная тревожность [33].

Для описания психического состояния используют термин «тревога». Для данного понятия характерно субъективное ощущения напряжения, беспокойства, мрачных предчувствий. Физиологическая сторона активизирует автономную нервную систему: через нервные механизмы обратной связи информация передается в кору головного мозга человека, действуя на его мысли, потребности и чувства [15].

В своих работах З. Фрейда впервые выделил и акцентировал состояние тревожности. Он характеризовал данное состояние как эмоциональное, которое включается в себя переживание ожидания и неопределенности. Внутренние причины лежат в основе характеристики тревожности [43].

В младшем школьном возрасте происходит относительно спокойное и равномерное развитие, во время которого происходит функциональное совершенствование мозга, а именно развивается аналитико-синтетические функции.

В данном возрасте учебная деятельность становится ведущей. Она определяет развитие всех психических функций младшего школьника: памяти, внимания, мышления, восприятия и воображения. Следует также отметить, что дети не теряют интереса к игре. По мнению А.Н. Леонтьева «успешность решения поставленных целей достигается скорее, если многообразие деятельностей пересекается между собой» [28, с. 39].

Можно согласиться с выводом А.М. Прихожан, о том, что тревожность в детском возрасте является устойчивым личностным образованием, сохраняющимся на протяжении достаточно длительного периода времени. Она имеет собственную побудительную силу и устойчивые формы реализации в поведении с преобладанием в последних компенсаторных и защитных проявлениях. Как и любое сложное психологическое образование, тревожность характеризуется сложным строением, включающим, когнитивный, эмоциональный и операционный аспекты. При доминировании эмоционального является производной широкого круга семейных нарушений [36].

По мнению А.М. Прихожан закрепление и усиление тревожности в младшем школьном возрасте происходит по принципу «замкнутого психологического круга». Данный принцип заключается в том, что возникающая в процессе деятельности тревога частично снижает ее эффективность, что приводит к негативным самооценкам либо негативным оценкам со стороны окружающих [36].

У младших школьников феномен тревожность отмечается как результат фрустрации потребности в надежде, защищенности со стороны ближайшего окружения.

Собственные мысли, чувства, потребности младшего школьника определяют когнитивную оценку возникшей ситуации. Данная оценка ситуации вызывает реакцию организма на угрожающие стимулы, что приводит к появлению ответных реакций. В итоге все сказывается на выполняемой деятельности [22].

Данная деятельность зависит от состояния тревожности, которое не удалось исправить с помощью контрмер и принятых реакций. Деятельность младшего школьника в ситуации тревожности напрямую зависит от силы тревожности, действенности контрмер, принятых для ее снижения. В.В. Давыдов, Т.В. Драгунова и др. определяли такой подход к состоянию тревожности [15].

Тревожность в большинстве случаев рассматривается как негативное состояние, связанное с переживаниями страха. В работах Ю.Л. Ханина отмечается, что тревожность – это реакция на различные стрессоры, которая характеризуется различной степенью интенсивности и изменчивости, а также наличием осознаваемых переживаний напряженности, озабоченности, беспокойства и наконец, сопровождается выраженной активизацией автономной нервной системы [24].

Работы Н.А. Аминова, К.Е. Изарда, Н.Д. Левитова раскрывают системно-структурный подход. Они рассматривают тревожность как интегральное явление, которое отражает отношение между предметным миром и человеком или людьми. В данном случае тревога играет либо положительную роль, являясь мобилизатором резервов психики, либо отрицательную [16].

Психологических причин тревоги большое количество. Они включают в себя: внутренние конфликты, связанные с неверным представлением о собственном образе «Я»; неадекватным уровнем притязаний; недостаточным обоснованием цели; объективные трудности. Исследование Н.В. Имеладзе показало, что тревожность обусловлена конфликтным строением самооценки, когда присутствуют две потребности ценить себя высоко и

чувство неуверенности. Физиологические причины связывают с болезнями, а также действием психотропных препаратов [22].

В результате анализа психолого-педагогической литературы можно выделить ряд условий, при которых формируются высокий или низкий уровень тревожности, выступающий как негативный фактор развития младшего школьника [18].

В первую группу входят личностные особенности ребенка. Они подразумевают: неуверенность в своих силах, неадекватно заниженная или завышенная самооценка, доминирование стремления добиваться успеха или избегать неудач и т.д.

Во вторую группу условий входит физиологическая полноценность ребенка.

Третья группа включает в себя социальные условия, в основном то специфика воспитания ребенка в семье. При этом выступают следующие факторы: тип семейного воспитания, материальная обеспеченность семьи, количество детей в семье [3].

Тревожные дети в большинстве случаев не уверенные в себе и имеют неустойчивую самооценку. Ощущение чувства страха приводят к редкому проявлению инициативы. Такие дети предпочитают не обращать на себя внимания, ведут себя примерно и дома, и в школе, стараются точно выполнить требования. Примерность, аккуратность, дисциплинированность имеет защитный характер, чтобы избежать неудачи. Тревожные дети отказываются от деятельности, которая вызывает у них затруднения, так как боятся неблагополучия со стороны окружающих [17].

Уровень притязаний младших школьников взаимосвязан с самооценкой. Работы Н.В. Имедадзе показывают связь эмоциональных реакций со спецификой изменения уровня притязаний. Необходимо обратить внимание, что у детей с высоким уровнем тревожности высокий уровень притязаний. В процессе тревожности происходит нарушение социального статуса ребенка. В результате чего можно сказать, что тревожность как

определенный эмоциональный настрой развивается ближе к 7 годам. Основным источником тревог младшего школьника является семья, на втором месте школа [22].

У детей младшего школьного возраста тревожность не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении коррекционных психологических мероприятий.

Таким образом, следует отметить, что успеваемость обучения младших школьников зависит от разнообразных психологических, педагогических и социальных факторов. Одним из таких факторов является тревожность. Тревожность понимается как психологическое состояние повышенного беспокойства, а также эмоционального напряжения в ситуации возможной опасности. Она включает в себя: внутренние конфликты, связанные с неверным представлением о собственном образе «Я»; неадекватным уровнем притязаний; недостаточным обоснованием цели; объективные трудности. Тревожность различается двух видов: личностная и ситуативная. Тревожные дети в большинстве случаев не уверенные в себе и имеют неустойчивую самооценку. Ощущение чувства страха приводят к редкому проявлению инициативы. Такие дети предпочитают не обращать на себя внимания, ведут себя примерно и дома, и в школе, стараются точно выполнить требования.

1.2. Учебная деятельность в младшем школьном возрасте

В младшем школьном возрасте, по мнению Л.С. Выготского, ведущим видом деятельности является учебная деятельность. В процессе данной деятельности дети воспроизводят знания и умения, которые соответствуют основам формам общественного сознания [13].

Как отмечает А.Н. Леонтьев, деятельность включает лишь те процессы, в которых выражается и осуществляется то или иное отношение человека к миру и которые отвечают особой, соответствующей им потребности. Именно деятельность ребенка определяет его психическое развитие, и сама

развивается в процессе онтогенеза. Поэтому развития психики зависит не от деятельности вообще, а от главной, ведущей деятельности [28].

В трудах Д.Б. Эльконина и В.В. Давыдова учебная деятельность рассматривается как один из видов деятельности младших школьников, который направлен на усвоение ими посредством диалогов и дискуссий теоретических знаний и связанных с ними умений и навыков в таких сферах общественного сознания, как наука, искусство, нравственность, право и религия [44].

На этапе начального образования возникают и формируются компоненты структуры учебной деятельности. В младшем школьном возрасте это главная и ведущая деятельность. При систематическом осуществлении школьниками учебной деятельности происходит формирование новообразований [13].

Начало обучение в школе является одним из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей в социально-психологическом и физиологическом плане. Возникают новые контакты и новые отношения, новые обязанности. Происходит изменение всей жизни ребенка. Данный период характеризуется как особо напряженный, так как школа с первых дней ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом, организацию учебной деятельности обучающегося обеспечивают регулятивные действия. Они включают в себя:

1. Целеполагание, суть которого является постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно.

2. Планирование включает в себя определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.

3. Составление плана и последовательности действий.

4. Прогнозирование определяется как предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, временных характеристик.

5. Контроль как форма сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.

6. Коррекция, как способ внесения необходимых дополнений и корректив в план, и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата.

7. Оценка подразумевает выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено, и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения.

8. Саморегуляция как способ мобилизации сил и энергии, волевого усилия, преодоления препятствий.

По мнению С.И. Ожегова успеваемость, является степенью совпадения реальных результатов учебной деятельности с запланированными и составляет пятый структурный элемент учебной деятельности, который находит свое выражение в оценочных баллах. В связи с этим, успеваемость, является неотъемлемым составляющим учебного процесса [34].

Под успеваемостью понимается степень усвоение знаний, умений, навыков, которые установлены учебной программой, с точки зрения их полноты, глубины, сознательности и прочности. Успеваемость характеризуется при помощи сравнительных данных отметок по отдельным предметам. Высокая успеваемость формируется благодаря системе дидактических методов, форм и средств, а также воспитательных мер [5].

При помощи данного положения возможно построение системы показателей успеваемости, но для этого необходимо выполнение всех требований:

1. Способность применять имеющиеся знания, умения, навыки для получения новых знаний.

2. Использовать полученные знания, умения, навыки в ситуациях, используя при этом опосредованные выводы.

3. Стремление к теоретическим знаниям, и способность самостоятельно их добывать.

4. В процессе творческой деятельности самостоятельно преодолевать трудности.

5. Адекватно оценивать свои достижения в познавательной деятельности [12].

При изучении психолого-педагогической литературы по вопросам проблемы школьной успеваемости выделилось три основных фактора успеваемости:

1. Требования к учащимся, возникающие из целей школы.

2. Психофизические возможности школьников.

3. Социальные условия: воспитание и обучение в школе и вне школы [19].

Основные требования к учащимся составляются на основе контрольных заданий и критерий оценок. Процесс содержания образования необходимо учитывать физические и психические возможности школьников. Так же необходимо учитывать нормы обучения и воспитание детей. Возможности детей различаются по физическим и психическим критериям. При разработке методов обучения учитывается норма возможностей детей разного возраста [6].

Фактор успеваемости активно взаимодействует с возможностями детей. Данные условия включают в себя: культурные уровень родителей, окружающая среда, квалификация учителей, бытовые условия, наполняемость классов, оборудованием школы, наличие и качество учебной литературы, и многое другое [23].

Неуспеваемость школьников характеризуется невыполнением учебных требований, игнорированием факторов, способствующих успеваемости учащихся [7].

И.И. Мурачковский определил неуспеваемость как ситуацию, в которой поведение и результаты обучения не соответствуют воспитательным

и дидактическим требованиям школы. При проявлении данной особенности отмечается слабый навык чтения, счета, слабым владением интеллектуальными умениями анализа, обобщения и др. В результате систематической неуспеваемости возникает педагогическая запущенность, что по своей сути опасно с моральной, социальной и экономической позиции. Неуспеваемость определяется как сложное и многогранное явление школьной действительности, которое требует разносторонних подходов при ее изучении [31].

Феномен неуспеваемости является несоответствием подготовки учащихся обязательным требованиям школы. Благодаря своевременному предупреждению неуспеваемости происходит устранение всех ее элементов [19].

Индивидуальные особенности и условия развития школьника взаимосвязаны с неуспеваемостью. Их главная особенность заключается в обучении и воспитание детей в школе. Дидактика дает определение неуспеваемости. Феномен неуспеваемости является дидактическим понятием и не может быть решено другими науками [8].

Работа М.А. Даниловой отмечает связь неуспеваемости с движущими силами процесса обучения, то есть его противоречиями. Случаи, когда возможности учащихся и требования, предъявляемые к ним, нарушается, возникает неуспеваемость. В работах В. Оконь отмечается та же позиция, он определял неуспеваемость как нарушение взаимодействия трех составляющих: между учениками, учителями и внешними условиями [14].

При определении успеваемости необходимо отметить фактор отставание. Отставание включает в себя невыполнение требований.

Взаимосвязь неуспеваемости и отставания заключается в том, что неуспеваемость более широкое понятие и включает в себя отставание. Множество отставаний образуют неуспеваемость. Причины неуспеваемости действуют в комплексе. Из них выделяются: несовершенство методов

преподавания, отсутствия позитивного контакта с педагогом, страх оказаться хуже других детей, несформированность мыслительных процессов [1].

А.М. Гельмонт в своих трудах соотнес причины неуспеваемости с ее категориями. В результате были выделены причины трех категорий: глубокого и общего отставания, частично, но относительно устойчивой неуспеваемости, эпизодической неуспеваемости [14].

Первая категория имеет низкий уровень подготовке ученика, недостатки воспитания, а также включает неблагоприятные обстоятельства разного рода.

Во второй категории отмечается недоработка в предыдущих классах, низкий интерес к изучаемому предмету, слабая воля.

В третьей категории выявлены недостатки преподавания, непрочность знаний, слабый текущий контроль, а также невнимательность на уроках, нерегулярное выполнение домашних заданий [21].

В работах П.П. Блонского отмечены задачи описания системы причинно-следственных связей неуспеваемости. Выделены два фактора успеваемости, при помощи изучения возможностей школьников. Причины неуспеваемости отмечаются внутреннего и внешнего плана. К причинам внутреннего плана относятся дефекты здоровья детей, их развитие, недостаточный объем знаний, умений и навыков. Среди причин внешнего порядка выделяют педагогические:

1. Недостатки дидактические и воспитательных воздействий.
2. Организационно-педагогического характера.
3. Недостатки учебных планов, программ, методических пособий, а также недостатки внешкольных влияний, включая и семью.

П.П. Блонский понимает учебные возможности, как некий потенциал личности в учебной деятельности и представляет собой связь взаимосвязь особенностей самой личности с внешними влияниями [5].

П.П. Борисов в своих работах выделил три группы неуспеваемости:

1. Общепедагогические причины.

2. Психофизиологические причины.

3. Социально-экономические и социальные причины.

К причинам первой группы относятся недостатки учебно-воспитательной работы учителей. Они подразделяются на дидактические и воспитательные.

Ко второй группе отмечается нарушение нормального физического, интеллектуального и физиологического развития детей.

Причины третьей группы в первую очередь зависят от воли учителей и учащихся [6].

В данной квалификации различаются внешние и внутренние причины по отношению к учащемуся. В классификации отмечается, что психофизиологические причины мало зависят от воли учащихся и учителей. Так же необходимо отметить, что не верно связывать недостатки учебно-воспитательной работы с деятельностью учителя [13].

В детской патопсихологии достаточно хорошо изучены физиологические причины неуспеваемости. Ими занимались такие ученые как Г.М. Дульнева, С.Д. Забрамная, А.Я. Иванова, К.С. Лебединская, А.Р. Лурия, С.С. Ляпидевский, Г.Е. Сухарева. Неуспеваемость, приводящая к нарушению, включает в себя: умственная отсталость, парциальные дефекты анализаторов, педагогическая запущенность, нарушения умственной работоспособности [31].

Одной из причин, влияющих на неуспеваемость ребенка является семья. Психолого-педагогическая литература, посвященная неуспеваемости изучена и разработана довольно глубоко. Такие причины как: разлад в семье или ее распад, грубость отношений, алкоголизм, равнодушие родителей к детям и их образованию, ошибки в воспитании – частые причины неуспеваемости [25].

При анализе литературы по данной проблеме позволяет раскрыть виды неуспеваемости.

А.А. Бударный раскрывает два вида неуспеваемости. В понимании автора неуспеваемость является условным понятием, содержание которого зависит от установленных правил перевода, учащихся в следующий класс. При переводе в следующий класс достаточно удовлетворение минимальным требованиям. Относительная неуспеваемость включает в себя недостаточную познавательную нагрузку учащихся [7].

В работах А.М. Гельмонта выделяется три вида неуспеваемости. Зависимость которых определяется от количества учебных предметов и устойчивости отставания [14].

Первый вид – это общие и глубокое отставание – по нескольким или всем учебным предметам большое количество времени.

Второй вид включает в себя частичную, но относительно стойкую неуспеваемость по одному-трем сложным предметам.

Третий вид заключается в эпизодической неуспеваемости и проявляется то по одному, то по другому предмету.

В некоторых случаях А.М. Гельмонт выделяет фиксированную неуспеваемость. Он относит к ней учащихся имеющий в конце четверти ряд неудовлетворительных оценок [14].

Ю.К. Бабанский виды неуспеваемости выделяет по тем же критериям. В основе классификации положена фиксированная неуспеваемость. Ее виды связаны с порождающими ее причинами [4].

У неуспевающих школьников имеются общие черты, но в основном они отличаются друг от друга. Феномен неуспеваемости в каждом конкретном случае встречает новые особенности, которые требуют новые пути решения, учитывая индивидуальный подход. В результате изучения школьной неуспеваемости отмечается типические проявления. Неуспевающий школьник характеризуется сочетанием важнейших свойств личности, которые проявляются в результате длительной неуспеваемости [6].

Типология неуспевающих школьников включает в себя причины неуспеваемости. В работах Л.С. Славиной выделяется несколько типов

неуспевающих школьников, определяющихся по ведущей причине. В первую группу входят учащиеся, у которых отсутствуют мотивы учения [37]. Во второй группе дети со слабыми способностями к учению. Третья группа представляет детей с неправильно сформировавшимися навыками учебного труда и отсутствием способности трудиться. Так же данный способ используют А.А. Бударный, Ю.К. Бабанский и некоторые другие авторы [4; 7].

Н.И. Мурачковский дает психологическую типологию неуспеваемости. За основу автор рассматривает характер взаимоотношений наиболее существенных сторон личности школьников [31].

В результате выделяются две основные группы свойств личности школьников, которые зависят от характера. В первой группе отмечается особенность мыслительной деятельности, связанной с обусловленностью. Во второй группе наблюдается направленность личности школьника и его отношение к обучению.

Благодаря этой основе было выделено три типа неуспевающих школьников:

1. Неуспевающие учащиеся. Для них свойственно низкое качество мыслительной деятельности при позитивном отношении к учению и сохранении позиции школьника;

2. Учащиеся, имеющие высокий уровень развития мыслительной деятельности при отрицательном отношении к обучению, а также при частичной или полной утрате позиции школьника.

3. Учащиеся с низкой мыслительной деятельностью. У которых имеется отрицательное отношение к учению и полная утрата позиции школьника.

Неуспевающие школьники первого типа обладают низкой обучаемостью, связанной со снижением уровня мыслительных операций. В результате ослабления мышления происходят трудности в усвоении учебного материала. В ходе работы школьники стремятся приспособить учебные

задания к своим ограниченным возможностям или пытаются избежать умственной работы. В результате происходит задержка умственного развития, а также отсутствуют навыки учебной работы.

Второй тип неуспевающих школьников имеют хорошую интеллектуальную подготовку, и желание хорошо учиться. Учебная работа школьников отражает занятия, которыми привыкли заниматься и которые нравятся школьникам. В процессе учебной деятельности учащиеся стараются избегать активной умственной работы, вследствие отсутствия мотивации. Так же следует отметить, что в процессе работы не формируются навыки учения, умения преодолевать трудности. При данных условиях работа выполняется небрежно и имеет низкий темп.

Третий тип отмечает низкую обучаемость. Главной причиной служит слабое развитие мыслительных процессов. В процессе выполнения учебных задач у школьников отсутствует критичность, манипуляция цифрами. Школьники сравнивают полученные результаты друг с другом. У таких школьников проявляется узость мышления, отсутствуют познавательные интересы. При совокупности данных качеств происходит отрицательное отношение к знаниям, к школе, к учителю [13].

Таким образом, рассматривая проблему влияния тревожности на успеваемость обучения детей младшего школьного возраста мы можем сделать следующие выводы: успеваемость можно отметить как сложное и многогранное явление. У неуспевающих школьников имеются общие черты, но в основном они отличаются друг от друга. Феномен неуспеваемости в каждом конкретном случае встречает новые особенности, которые требуют новые пути решения, учитывая индивидуальный подход. Неуспевающий школьник характеризуется сочетанием важнейших свойств личности, которые проявляются в результате длительной неуспеваемости. Причин для неуспеваемости большое количество. Среди них выделяют: несовершенство методов преподавания, отсутствие позитивного контакта с педагогом, страх

оказаться лучше других учеников, высокая одаренность в какой-либо конкретной области, несформированность мыслительных процессов.

1.3. Особенности тревожности младших школьников с разным уровнем успеваемости

Тревожность как свойство личности во многом обуславливает поведение субъекта. Существует определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. У каждого человека существует свой оптимальный или желательный уровень тревожности – это так называемая полезная тревожность, назначение которой является обеспечение безопасности субъекта на личностном уровне. Уровень тревожности показывает внутреннее отношение ребенка к определенному типу ситуаций и дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье, школе.

Повышенный уровень тревожности у ребенка может свидетельствовать о его недостаточной эмоциональной приспособленности к тем или иным социальным ситуациям. У детей с данным уровнем тревожности формируется установочное отношение к себе как слабому, неумелому. В свою очередь это порождает общую установку на неуверенность в себе. Ребенок боится совершить ошибку, в нем нет уверенности цельного человека. Неуверенность в себе – одно из проявлений заниженной самооценки. Например, родители внушили ребенку, что он – «гадкий утенок». Сформировалась заниженная самооценочная установка, и умный ребенок начинает считать себя безнадежно глупым, красивый – безобразным, ладный – нескладным. Он стесняется самого себя, затаенно и мучительно презирает себя, чувствует вину перед сильными и красивыми родителями [21].

Повышенная тревожность влияет на все сферы психики ребёнка: аффективно-эмоциональную, коммуникативную, морально-волевою,

когнитивную. Тревожный ребёнок испытывает затруднения в общении, редко проявляет инициативу, поведение – пренебротического характера, с явными признаками дезадаптации, интерес к учёбе снижен. Ему свойственна неуверенность, боязливость, наличие псевдокомпенсирующих механизмов, минимальная самореализация.

Школьники все еще остаются непосредственными и импульсивными. Эмоции, которые они испытывают, легко прочитываются на лице, в позе, жесте, во всем поведении. Для педагога и психолога поведение ребенка, выражение им чувств – важный показатель в понимании внутреннего мира маленького человека, свидетельствующий о его психическом состоянии, благополучии, возможных перспективах развития. Информацию о степени эмоционального благополучия ребенка дает взрослому эмоциональный фон. Эмоциональный фон может быть положительным или отрицательным [11].

Проанализировав учебную литературу, возможно, выделить основные негативные стороны тревожности:

1. Личность, имеющая высокий уровень тревожности, воспринимает мир как заключающий в себе угрозу и опасность в большой степени. По мнению А.М. Прихожан тревожность является выражением неудовлетворения значимых потребностей человека, актуальных при ситуативном переживании тревоги.

2. Угрозу психическому здоровью личности создает высокий уровень тревожности, а также способствует развитию преднебротических состояний.

3. Результат деятельности напрямую зависит от уровня тревожности. При высоком уровне тревожности наблюдается отрицательное влияние на деятельность. Так же необходимо отметить, что в результате взаимосвязи тревожности со свойствами личности происходит снижение успеваемости.

4. При высоком уровне тревожности проявляется раздражительность, нетерпеливость, стремление объяснить свой неуспех внешними причинами.

5. Феномен тревожности рассматривается как источник агрессивного поведения.

6. Тревожность напрямую связана с отрицательным социальным статусом, а также формирует конфликтные отношения.

В результате чего, проблему тревожности необходимо диагностировать как можно раньше. Существуют исследования, которые показывают, что тревога, зарождаясь у ребенка в семимесячном возрасте, при неблагоприятном стечении обстоятельств в старшем дошкольном возрасте становится тревожностью. При своевременном выявлении и коррекции страхов, а также уровня тревожности, возможно, избежать негативных последствий.

Успеваемость школьного обучения зависит от многих факторов психологического и педагогического порядка. Одним из данных факторов является тревожность, которая понимается как психологическое состояние повышенного беспокойства, эмоционального напряжения в ситуации возможной опасности [14].

В основе неуспеваемости в школе всегда лежит комплекс причин. Среди них можно обозначить: несовершенство методов преподавания, отсутствие позитивного контакта с педагогом, страх оказаться лучше других учеников, высокая одаренность в какой-либо конкретной области, несформированность мыслительных процессов, высокий уровень тревожности.

В школьном возрасте происходит соподчинение мотивов, преобладание обдуманых действий над импульсивными. В поведении и развитии личности тревожность может выполнять мотивирующую функцию. В работах Н.В. Имедадзе отмечено, что с усложнением учебного задания школьники с высоким уровнем тревожности проявляют менее эффективные формы его выполнения [22].

Школьная успеваемость является важным критерием оценки ребенка как личности со стороны взрослых и сверстников. Отношение к себе как к

ученику в значительной мере определяется семейными ценностями. У ребенка на первый план выходят те его качества, которые больше всего заботят его родителей – поддержание престижа (дома задаются вопросы: «А кто еще получил пятерку?»), послушание («Тебя сегодня не ругали?») и т.д. [7].

В младшем школьном возрасте отметка – не просто оценка конкретного результата деятельности. Она субъективно воспринимается ребёнком как оценка всей его личности. «Ты плохой, потому что ты плохо учишься», - говорят ребёнку. Он соглашается, и возникает неразрешимый внутренний конфликт. Он сопровождается чувством неопределённости, неуверенности в себе и различными страхами. В ряде случаев страх перед школой вызван конфликтом со сверстниками, боязнью проявлений физической агрессии с их стороны. Чаще всего подобные страхи с возрастом меняют свой характер, иногда исчезают совсем. Но, принимая длительный характер, они вызывают у ребёнка чувство бессилия, неспособность справиться со своими чувствами, контролировать их [9].

Фактор успеваемости активно взаимодействует с возможностями детей. Данные условия включают в себя: культурные уровень родителей, окружающая среда, квалификация учителей, бытовые условия, наполняемость классов, оборудованием школы, наличие и качество учебной литературы, и многое другое [23].

Необходимо отметить, что частые упреки, вызывающие чувство вины, способствуют формированию тревожности. Ребенок испытывает страх быть виновным перед родителями.

У ребенка могут развиваться невротические черты, этому способствуют тревожность. Неуверенность в себе порождает самоуничтожительную установку на жизнь. Неуверенный ребенок имеет такие черты как: сомнения, колебания, робость, нерешительность, несамостоятельность, инфантилен, повышено внушаем. У такого ребенка есть постоянные опасения нападения,

насмешек, обид. Это способствует повышенной агрессивности. Агрессия служит защитным механизмом. Такой ребенок одинок и замкнут [10].

Тревожность по-разному влияет на школьное обучение. С одной стороны, оптимальный уровень тревожности делает обучение эффективней: активизирует память, внимание, восприятие, интеллектуальные способности. С другой стороны, когда уровень тревожности превышает норму, возникает паника. Для избегания неудачи ребенок отстраняется от учебы, боится отвечать на уроке, тревожится, переживает и иногда прогуливает школу [5].

Тревожность выражается в двух аспектах: реальное неблагополучие школьника в наиболее значимых областях деятельности и общения; являясь следствием определенных личностных конфликтов, нарушений в развитии самооценке и т.п. Во втором аспекте внимание проходит мимо учителей и родителей. Данную тревожность испытывают школьники, которые хорошо или отлично учатся. Такие школьники имеют выраженные вегетативные реакции, невротоподобные и психосоматические нарушения. Тревожность порождает конфликтность самооценки. Постоянно добиваться успеха заставляет подобный конфликт. В результате возникает перенапряжение, снижение работоспособности, повышенная утомляемость [15].

А.К. Дусавицкий исследовал зависимость между интересом и школьной тревожностью младших школьников. Рассматривая связь тревожности с учебным интересом, А.К. Дусавицкий говорит, что тревожность может выступать мотивом, противоположным учебному интересу. Учебно-познавательный интерес отражает внутреннюю связь мотива с предметом усвоения. Тревожность, в свою очередь, отражает наличие внешних по отношению к созданию учебной деятельности побуждений. Во всех этих случаях возникают чувство «потери опоры», утраты прочных ориентиров в жизни, неуверенность в окружающем мире [17].

П.П. Блонский в своих экспериментальных исследованиях обнаружил большую связь между умением работать и успеваемостью в учении. Плохая

работоспособность может быть не только вследствие плохого здоровья и быстрой утомляемости, но вызвана психологическими причинами и неумением работать. Тревога сопровождает учебную деятельность ребенка в любой, даже идеальной школе. Сама ситуация познания чего-то нового, неизвестного, ситуация решения задачи, когда нужно приложить усилия, чтобы непонятное стало понятным, всегда таит в себе неопределенность, противоречивость, а, следовательно, и повод для тревоги. С проблемой тревожности связана и учебная перегрузка [5].

П.Д. Левитов говорил о том, что тревожные люди действуют гораздо лучше (успешнее) в структурированной, в привычной для них обстановке. Поэтому высокая успешность в стандартных школьных условиях предсказуема. Срывы у тревожных людей происходят в сложных нестандартных ситуациях (контрольные, экзамены). Актуализируется сильное состояние тревоги, в результате дезорганизации деятельности и поведения, ребенок действует гораздо ниже своих возможностей. На протяжении всего школьного возраста влияние тревоги на учебную деятельность опосредуется характеристиками педагогического общения, создаваемой педагогом общей классной атмосферы [27].

Б.И. Кочубей и В.В. Новикова обследовав детей 9–11 лет, с разной успеваемостью, обнаружили, что их тревожность зависит не только от отметок, но и от того, как их, воспринимают, на взгляд ребенка, окружающие. Ребята, которые считают, что их уважают за человеческие качества, а не за учебу, что их мама и папа любят, даже если получишь тройку – оказались наименее тревожными. Двоечников в первую очередь волнует отношение одноклассников-отличников, отношение родителей. Ребят, которые учатся на 3–4, не очень беспокоит успеваемость (в отличие от их родителей). Наиболее гармонично воспринимают собственную успеваемость те, кто учится на 4 и 5. Уровень их тревоги хотя и достаточно высок, однако не зависит от отношения окружающих к учению. По-видимому, они удовлетворены и отношением к себе и своей успеваемостью и

не видят связи между этими двумя видами. А как же троечники, смогут ли они, не очень озадаченные своей учебой подтянуться, чтобы добиться большего расположения сверстников и взрослых. Вероятнее всего этого не случится потому, что через год другой одноклассники перестанут ценить хорошую успеваемость, а отношения с родителями станут менее значимыми. Эмоциональная стабильность этих ребят обеспечит многим из них спокойную жизнь: ведь свою тройку всегда получишь. И в их сознание прочно войдет принцип: «не напрягайся» – по крайней мере, до тех пор, пока жизнь не поставит его под сомнение [40].

Различные способы коррекции высокого уровня тревожности зависят от реального положения школьника среди сверстников, его успешности в обучении и т.д. В случае реальной неспешности работа направлена на формирование навыков работы, общения. Во втором случае коррекция направлена на исправление самооценки, преодоления внутренних конфликтов. Так же необходимо развить у школьника способность справляться с повышенной тревогой [16].

В результате анализа психолого-педагогической литературы можно выделить ряд условий, при которых формируются высокий или низкий уровень тревожности, выступающий как негативный фактор успеваемости обучения.

В первую группу входят личностные особенности ребенка. Они подразумевают: неуверенность в своих силах, неадекватно заниженная или завышенная самооценка, доминирование стремления добиваться успеха или избегать неудач и т.д. Во вторую группу условий входит физиологическая полноценность ребенка.

Третья группа включает в себя социальные условия, в основном то специфика воспитания ребенка в семье. При этом выступают следующие факторы: тип семейного воспитания, материальная обеспеченность семьи, количество детей в семье [3].

Обосновав условия, при которых тревожность может оказывать негативное влияние на успеваемость детей младшего школьного возраста следует отметить, что характер условий может быть и позитивным, и негативным.

Таким образом, мы можем сказать, что плохая работоспособность может быть не только вследствие плохого здоровья и быстрой утомляемости, но вызвана психологическими причинами и неумением работать. Тревожность сопровождает учебную деятельность ребенка в любой, даже идеальной школе. У детей с разным уровнем успеваемости тревожность зависит не только от отметок, но и от того, как их воспринимают, на взгляд ребенка, окружающие. Тревожность по-разному влияет на школьное обучение. С одной стороны, оптимальный уровень тревожности делает обучение эффективней: активизирует память, внимание, восприятие, интеллектуальные способности. С другой стороны, когда уровень тревожности превышает норму, возникает паника. Различные способы коррекции высокого уровня тревожности зависят от реального положения школьника среди сверстников, его успешности в обучении и т.д.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

Таким образом, при анализе проблемы тревожности младших школьников с разным уровнем успеваемости можно сделать несколько выводов:

1. Младший школьный возраст является наиболее ответственным эталоном школьного детства.

2. Основное достижение младшего школьного возраста обусловлены ведущим характером учебной деятельности.

3. В младшем школьном возрасте нередко возникают трудности в обучении, адаптации, которые имеют множество причин. Среди которых также отмечается высокий уровень тревожности.

4. Тревожность различается по видам: личностная и ситуативная.

5. Феномен успеваемости сложное и многогранное явление школьной действительности, которое требует разностороннего подхода при ее изучении.

6. При изучении неуспеваемости школьников можно отметить несколько причин. Вот некоторые из них: несовершенство методов преподавания, страх оказаться лучше других школьников, отсутствие позитивного контакта с педагогом, несформированность мыслительных процессов, высокие успехи в конкретной области.

7. Среди неуспевающих школьников можно отметить схожие черты, однако они существенно отличаются друг от друга. При повседневной работе с неуспевающими школьниками встречаются совершенно новые особенности, требующие новые пути индивидуального подхода.

8. При рассмотрении успеваемости школьного обучения важно отметить психологические и педагогические факторы. Одним из данных факторов является тревожность, которая понимается как психологическое состояние повышенного беспокойства, эмоционального напряжения в ситуации возможной опасности.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ УСПЕВАЕМОСТИ

2.1. Организация и методы исследования

Исследование проводилось в период с февраля 2017 по апрель 2017 года.

В исследовании приняли участие учащиеся 3 «А», 3 «Б», 3 «В» и 3 «Г» классов в возрасте 8–10 лет в количестве 90 человек. Исследование проводилось на базе МБОУ СШ № 80 г. Красноярска.

Исследование проводилось в три этапа.

На первом этапе нами изучалась научная литература по проблематике исследования, определялись основные положения, уточнялись предмет гипотеза и задачи исследования.

На втором этапе работы определялись методики диагностики и последовательность их использования, проводилось эмпирическое исследование уровня успеваемости и тревожности у младших школьников. Осуществлялась разработка коррекционно-развивающей программы по коррекции повышенной тревожности младших школьников в учебной деятельности.

На третьем этапе нами разрабатывались рекомендации для коррекции уровня тревожности у младших школьников.

В качестве основных методов сбора информации использовались методики в бланковом варианте.

Отобранные средства исследования можно объединить в одну группу: тестовые методы.

В тестовую группу вошли методики:

1. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филлипса) (Приложение А).

2. Методика многомерной оценки детской тревожности (МОТД) (Приложение Б).

Ниже мы приводим описание диагностических методов исследования.

1. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филлипса).

Цель методики (опросника) заключается в изучении уровня и характера тревожности. Данный уровень связан со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.

Текст опросника состоит из 58 вопросов. Вопросы могут заканчиваться школьниками и могут предлагаться в письменном виде. Каждый вопрос требует ответа «да» или «нет».

Инструкция опросника: «Сейчас Вам будет предложен опросник. Он состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Необходимо стараться отвечать искренне и правдиво. Здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами не нужно долго задумываться. При ответе на вопрос записывайте его номер и ответ «+» если Вы согласны и «-» если не согласны».

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора).

1) общая тревожность в школе. Под данным фактором понимается эмоциональное состояние ребенка, которое связано с различными формами его включения в жизнь школы;

2) переживания социального стресса. Фактор заключается в эмоциональном состоянии ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты;

3) фрустрация потребности в достижении успеха. Отмечается в неблагоприятном психическом фоне, который не позволяет ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д.;

4) страх самовыражения. Наблюдается в негативных эмоциональных переживаниях ситуаций. Данные ситуации сопряжены с необходимостью

самораскрытия, предъявление себя другим, демонстрации своих возможностей;

5) страх ситуации проверки знаний. При этом отмечается негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки знаний, достижений, возможностей;

6) страх не соответствовать ожиданиям окружающих. Данный страх основан на значимости других в оценке своих результатов, поступков, мыслей;

7) низкая физиологическая сопротивляемость стрессу. Включает в себя особенность психофизиологической организации, снижающие приспособленность ребенка к ситуациям стрессогенного характера;

8) проблемы и страхи в отношениях с учителями. Данный фактор отмечает общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, которые снижают успешность обучения ребенка.

2. Методика «Многомерная оценка детской тревожности»

Цель данной методики является индивидуальный анализ структуры проявлений тревожности у детей школьного возраста. Данные особенности возникают у них дома, при школьном обучении, во взаимоотношениях с окружающими.

Инструкция к методике МОДТ:

«Данные вопросы имеют отношения к тому, как вы себя обычно чувствуете. Каждый вопрос должен звучать «да» или «нет». Необходимо отвечать правдиво. Здесь нет верных или неверных ответов, хороших или плохих. Долго не задумывайтесь над вопросами.

При определении ответа на конкретный вопрос, напротив соответствующего ему номера нужно поставить знак «+» если ответ «да» и знак «-» если ответ «нет».

При затруднении в выборе ответа, выбирайте то решение, которое бывает чаще. Выбирайте ответы, которые правильны в настоящее время.

Если ответ на вопрос вы не можете сформулировать как «да», значит, следует считать его отрицательным».

Шкалы методики МОТД.

Шкала 1. «Общая тревожность». Данная шкала отражает общий уровень тревожных переживаний ребенка в последнее время. Переживания связаны с особенностями его самооценки, уверенности в себе и оценкой перспективы.

Шкала 2. «Тревога в отношениях со сверстниками». Данная шкала отражает уровень тревожных переживаний, которые обусловлены взаимоотношениями с другими детьми.

Шкала 3. «Тревога, связанная с оценкой окружающих». В основе отражается уровень специфической тревожной ориентации ребенка на мнение других в оценке своих результатов, поступков и мыслей. Так же отмечается уровень тревоги по поводу оценок, даваемых окружающими.

Шкала 4. «Тревога в отношениях с учителями». Шкала отражает уровень тревожных переживаний, которые обусловлены взаимоотношениями с педагогами в школе.

Шкала 5. «Тревога в отношениях с родителями». Данная шкала отражает уровень тревожных переживаний, которые обусловлены проблемными взаимоотношениями со взрослыми, выполняющими родительские функции.

Шкала 6. «Тревога, связанная с успешностью в обучении». Здесь отмечается уровень тревожных опасений ребенка, оказывающих непосредственное влияние на развитие у него потребностей в успехе, достижении высокого результата и т.д.

Шкала 7. «Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения». Основа, которой заключается в уровне тревожных переживаний ребенка в ситуациях, связанных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим.

Шкала 8. «Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний». Данная шкала отражает уровень тревоги ребенка в ситуациях проверки (особенно - публичной) его знаний, достижений, возможностей.

Шкала 9. «Снижение психической активности, обусловленное тревогой». Результаты, которой отражают уровень реагирования на тревожный фактор среды признаками астении. Так же результаты оказывают влияние на приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера.

Шкала 10. «Повышенная вегетативная реактивность, обусловленная тревогой». Данная шкала отражает уровень выраженности психовегетативных реакций в ответ на тревожный фактор среды, которые свидетельствуют об особенностях приспособляемости организма ребенка к ситуациям стрессогенного характера [15].

Таким образом, на основании результатов, полученных по двум методикам, мы можем получить информацию о структурных особенностях конкретного ребенка по четырем основным направлениям психологического анализа:

1. Оценка уровня тревожности. Данная оценка относится к личностным особенностям ребенка.
2. Оценка особенностей психофизиологического и психовегетативного тревожного реагирования ребенка в стрессогенных ситуациях.
3. Оценка роли в развитии тревожных реакций и состояний ребенка. Определить особенность его социальных контактов.
4. Оценка роли в развитии тревожных реакций и состояний ребенка ситуаций, которые связаны со школьным обучением [21].

2.2. Анализ результатов исследования

В процессе анализа учебной документации и мы определили успеваемость детей младшего школьного возраста. Определяя в различные по уровню успеваемости, мы рассматривали итоговые отметки учащихся за первую четверть учебного года.

В результате мы выделили три группы учащихся с высоким, средним и низким уровнем успеваемости. Из трех классов было выделено 9% учеников с высоким уровнем успеваемости, что составляет 8 детей, 54% ученика имели средний уровень успеваемости, что составляет 48 детей, и 37% детей с низким уровнем успеваемости, что составляет 34 ребенка. Графические результаты представлены на рис 1.

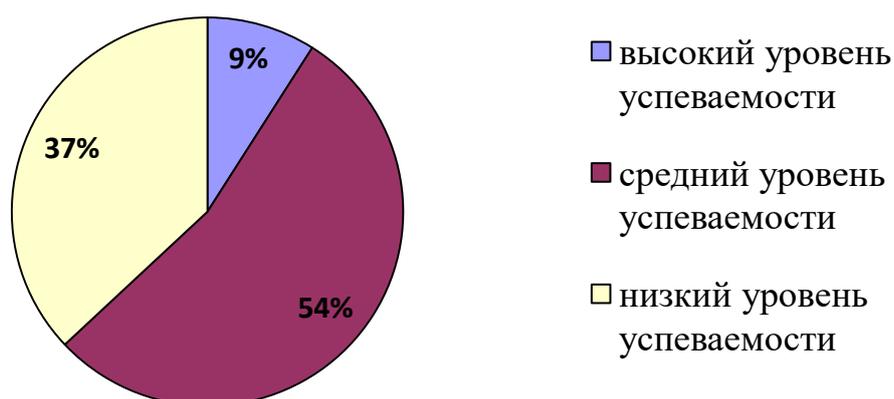


Рис. 1. Результаты анализа учебной документации

Следует отметить, что в группе младших школьников с высоким уровнем успеваемости 6 девочек и 2 мальчика. Такие дети успешно справляются с учебной деятельностью, предпочитают уроки переменам. Поведение этих учеников обусловлено благоприятным отношением к школе, они проявляют любопытность, задают интересующие их вопросы до тех пор, пока не получают удовлетворяющий их ответ.

Группа младших школьников со средним уровнем успеваемости включает в себя 48 человек, из них 28 девочек и 20 мальчиков. Эти ученики относятся к школе положительно, но активности в процессе познания не

наблюдается. Школа привлекает их возможностью общаться с одноклассниками, высокий игровой мотив. Так же имеют трудности в освоении школьной программы.

Группа младших школьников с низким уровнем успеваемости включает в себя 34 человека, из них 20 мальчиков и 14 девочек. В данной группе низкий уровень успеваемости определяется как несоответствие подготовки учащихся обязательным требованиям школы в усвоении знаний, развитии умений, навыков, формировании опыта творческой деятельности и воспитанности познавательных отношений, может выражаться в определенных показателях, отражающих результат обучения, напрямую связана с содержанием и процессом обучения, может обнаруживаться в процессе обучения и тогда определяется через понятие отставание и его признаки.

В ходе анализа результатов, полученных при диагностике по методикам, мы получили следующие данные, которые представлены в таблице 1 (приложение В).



Рис. 1. Результаты по методике многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) у младших школьников с высоким уровнем успеваемости, в %

Рассматривая процентное соотношение на рисунке 1, мы можем сказать, что у детей с высоким уровнем успеваемости преобладает низкий уровень тревожности. Это свидетельствует о том, что младшие школьники общительны и инициативны, но им свойственна слабая эмоциональная вовлеченность в различных жизненных ситуациях, сдержанность чувств. Рассмотрим результаты исследования по методике многомерной оценки детской тревожности (МОТД) у младших школьников со средним уровнем успеваемости, в %, представленные на рис.2.

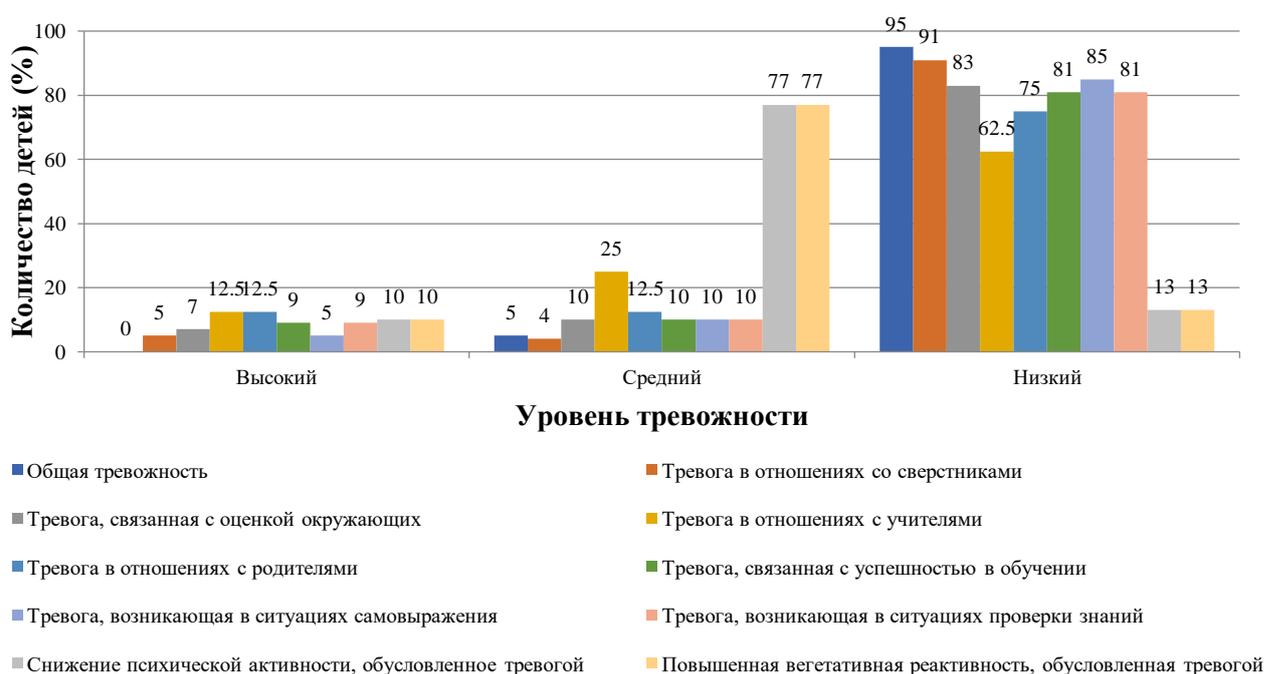


Рис. 2. Результаты по методике многомерной оценки детской тревожности (МОТД) у младших школьников со средним уровнем успеваемости, в %

Рассматривая процентное соотношение на рис. 2, мы можем отметить, что у детей, имеющих средний уровень успеваемости, преобладает низкий и средний уровень тревожности. Это свидетельствует о том, что младшие школьники не испытывают трудностей в общении и обучении, по-видимому, коммуникативные трудности у них возникают только в некоторых, специфических ситуациях общения с людьми.

Рассмотрим результаты исследования по методике многомерной оценки детской тревожности (МОТД) у младших школьников с низким уровнем успеваемости, представленные на рис.3.

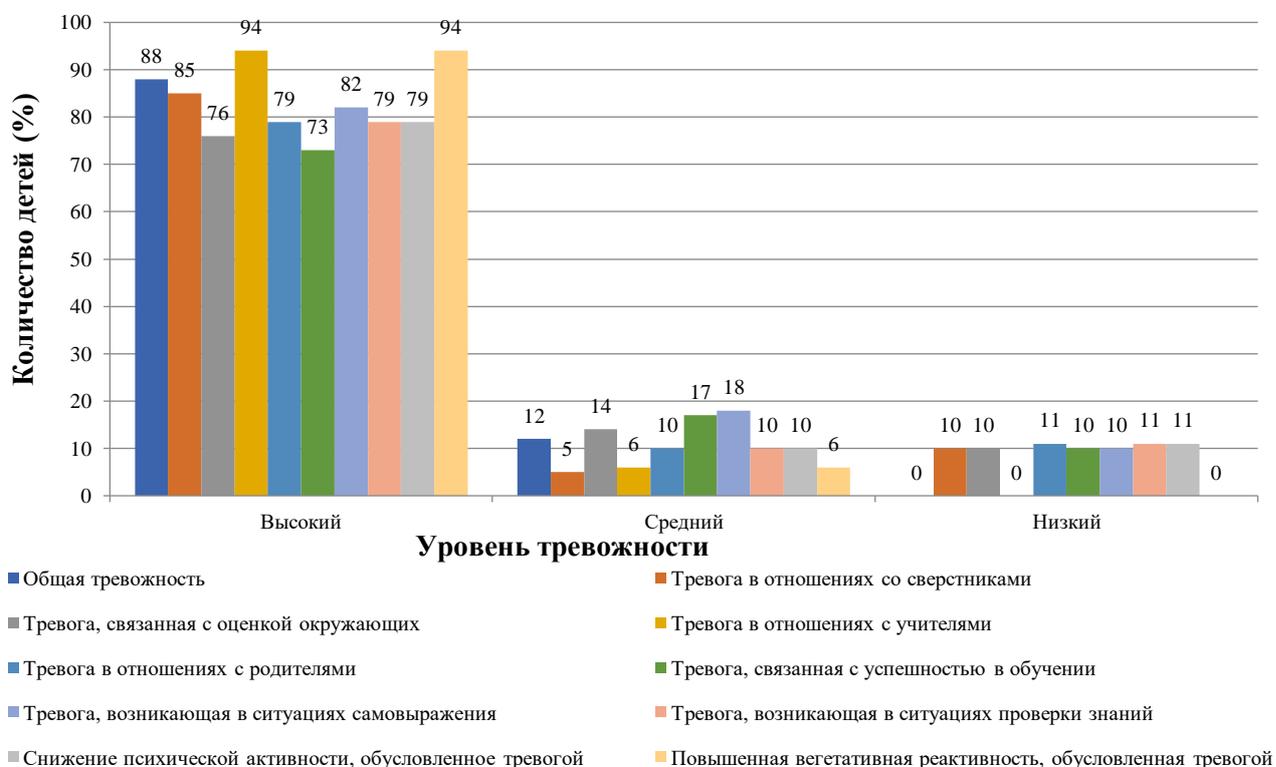


Рис. 3. Результаты по методике многомерной оценки детской тревожности (МОТД) у младших школьников с низким уровнем успеваемости, в %

Рассматривая процентное соотношение на рис. 3, мы можем отметить, что у детей, имеющих низкий уровень успеваемости, преобладает высокий уровень тревожности. Это характеризуется чрезмерной, преувеличенной тревогой и волнением в случае простых жизненных ситуаций. Младшие школьники с высоким уровнем тревожности имеют склонность к постоянному ожиданию неприятностей и не могут прекратить волноваться о жизни и учебе, тревога часто беспочвенна или выходит за рамки ситуации, т.е. неадекватна событиям.

Для подтверждения полученных результатов проведено сравнение показателей, используя статистический критерий сравнения Манна-Уитни, позволяющий выявить различия между двумя выборками по одному и тому же признаку. Нами были выдвинуты следующие статистические гипотезы:

H0 гипотеза – уровень тревожности у младших школьников с высоким уровнем успеваемости ниже, чем уровень тревожности у младших школьников со средним уровнем успеваемости.

H1 гипотеза – уровень тревожности у младших школьников с высоким уровнем успеваемости не ниже, чем уровень тревожности у младших школьников со средним уровнем успеваемости.

Сравнение двух независимых выборок. Критерий Манна-Уитни: значение U-критерия 24.

Определим критические значения для данного количества испытуемых в выборках:

$$U_{0,05} = 138;$$

$$U_{0,01} = 114;$$

$$U_{\text{эмп}} < U_{0,05}, \text{ принимаем гипотезу } H_0.$$

Таким образом, уровень тревожности у младших школьников с высоким уровнем успеваемости ниже, чем уровень тревожности у младших школьников со средним уровнем успеваемости.

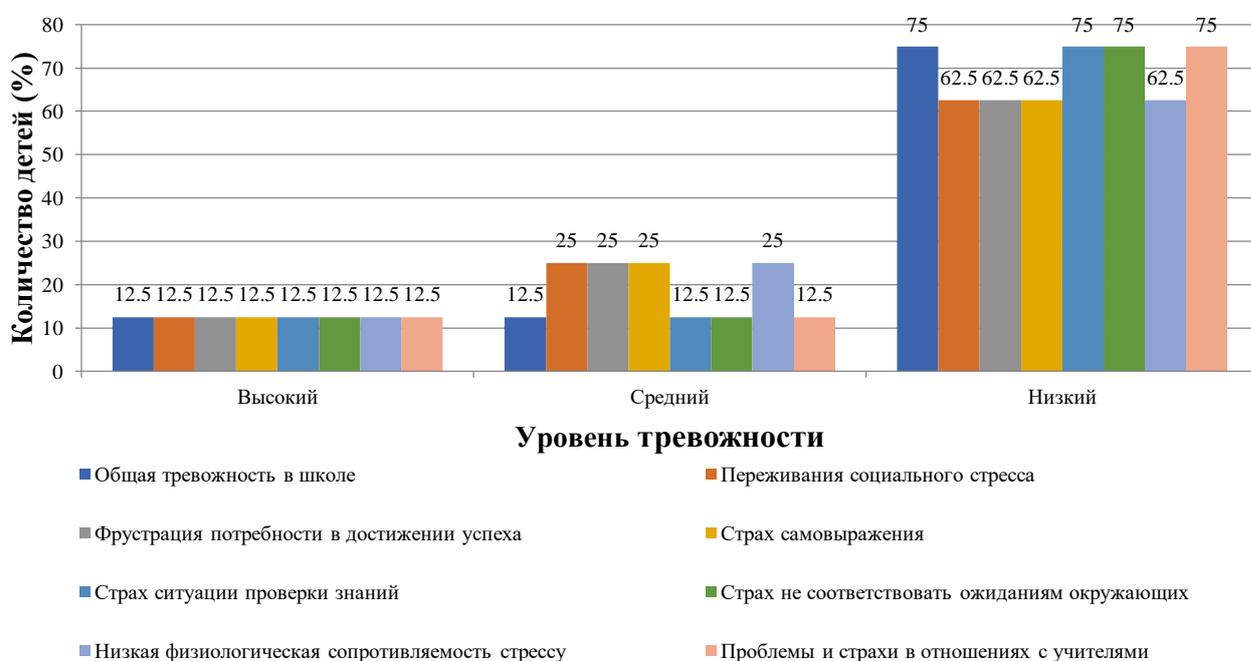


Рис. 4. Результаты по методике диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филипса) у младших школьников с высоким уровнем успеваемости, в %

Рассматривая процентное соотношение на рис. 4, мы можем сказать, что у детей с высоким уровнем успеваемости преобладает низкий уровень тревожности. Это свидетельствует об отсутствии страха перед выполнением домашней работы, ответом у доски, участием в соревнованиях, разговором с директором школы. Младшие школьники характеризуются эмоциональным состоянием, включены в жизнь школы.

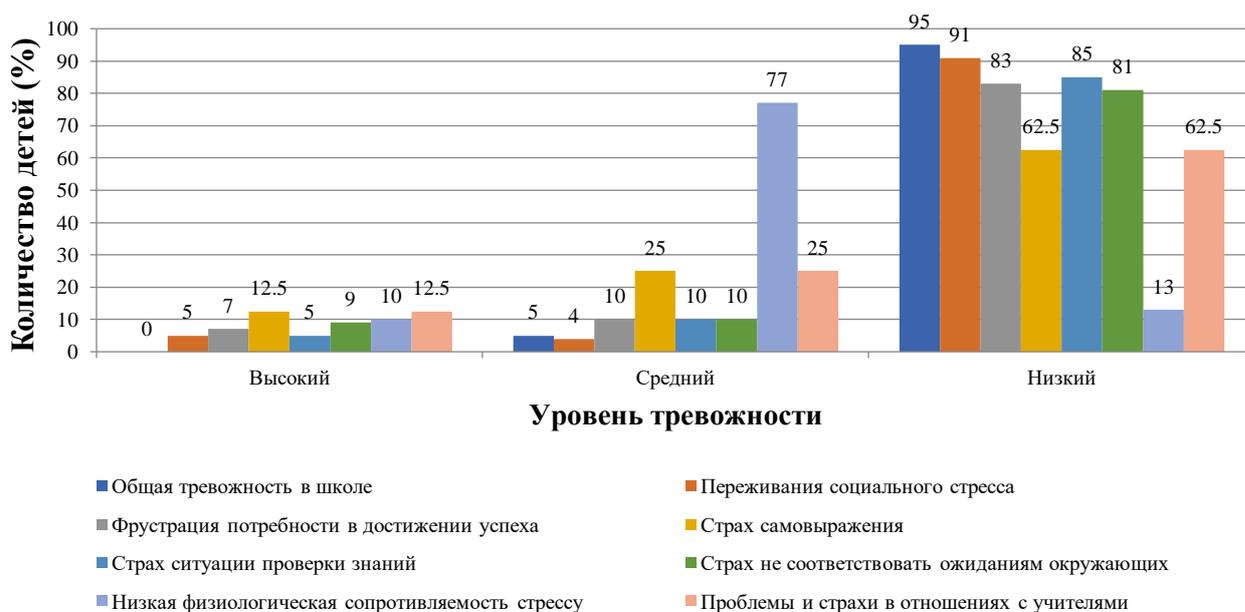


Рис. 5. Результаты по методике диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филипса) у младших школьников со средним уровнем успеваемости, в %

Рассматривая процентное соотношение на рис. 5, мы можем отметить, что у детей, имеющих средний уровень успеваемости, преобладает низкий и средний уровень тревожности. Это свидетельствует о том, что младшие школьники испытывают трудности в школьной деятельности, не всегда справляются с требованиями учителей. У учащихся отмечается неуверенное поведение с окружающими людьми.

Рассмотрим результаты исследования по методике диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филипса) у младших школьников с низким уровнем успеваемости, представленные на рис.б.

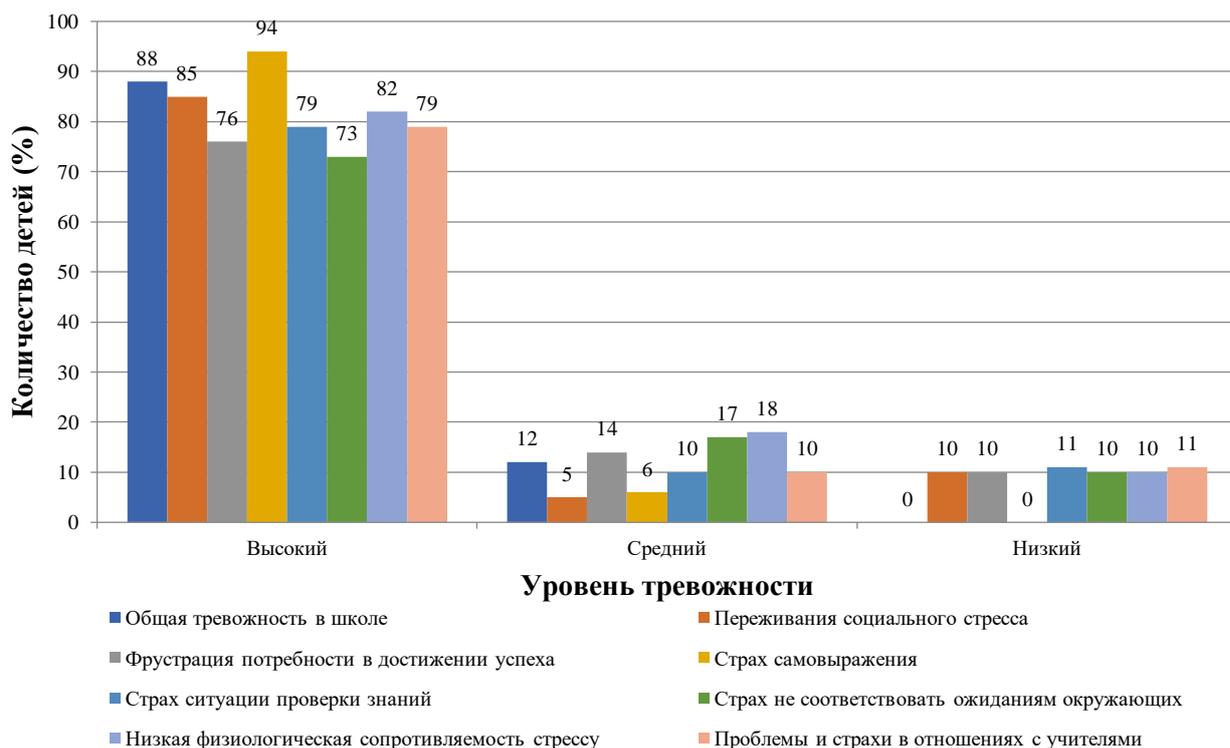


Рис. 6. Результаты по методике диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филипса) у младших школьников с низким уровнем успеваемости, в %

Рассматривая процентное соотношение на рис. 6, мы можем отметить, что у детей, имеющих низкий уровень успеваемости, преобладает высокий уровень тревожности. Это свидетельствует о повышенном беспокойстве, неуверенности, эмоциональной неустойчивости, такие дети очень чувствительны к своим неудачам, склонны отказываться от той деятельности, в которой испытывают затруднения. На занятиях младшие школьники зажатые и напряжены, отвечают на вопросы учителя низким и глухим голосом.

Следует отметить, что у учащихся с высоким и средним уровнем успеваемости показатели по шкалам имеют уровень ниже среднего. Такие дети имеют адекватную самооценку, могут сосредоточиться на главной задаче и охватить вниманием все элементы деятельности.

Для подтверждения полученных результатов проведено сравнение показателей, используя статистический критерий сравнения Манна-Уитни,

позволяющий выявить различия между двумя выборками по одному и тому же признаку. Нами были выдвинуты следующие статистические гипотезы:

H0 гипотеза – уровень тревожности у младших школьников с высоким уровнем успеваемости ниже, чем уровень тревожности у младших школьников с низким уровнем успеваемости.

H1 гипотеза – уровень тревожности у младших школьников с высоким уровнем успеваемости не ниже, чем уровень тревожности у младших школьников с низким уровнем успеваемости.

Определим критические значения для данного количества испытуемых в выборках. Сравнение двух независимых выборок: критерий Манна-Уитни, значение U-критерия 25.

$U(\text{большее}) = 25 < U_{0,05}$, следовательно принимаем гипотезу H0.

Таким образом, уровень тревожности у младших школьников с высоким уровнем успеваемости ниже, чем уровень тревожности у младших школьников с низким уровнем успеваемости.

Таким образом, сравнивая результаты изучения успеваемости при различных уровнях тревожности учащихся, мы можем говорить, что большинство школьников с высоким уровнем тревожности имеют низкий уровень успеваемости. Основной процент учащихся с оптимальным уровнем тревожности определен в группе учащихся с высоким и средним уровнем успеваемости.

2.3. Психолого-педагогической программы по коррекции повышенной тревожности младших школьников в учебной деятельности

Рассматривая психолого-педагогические программы по коррекции повышенной тревожности младших школьников в учебной деятельности и основываясь на полученных результатах, учитывая выявленный уровень школьной тревожности и успеваемости у младших школьников, нами была

составлена коррекционно-развивающая программа по коррекции повышенной тревожности младших школьников.

Целью данной программы является снижение уровня школьной тревожности у младших школьников, повышение их самооценки.

Задачи программы: развитие способности к самопознанию, снижение тревожности, проработка проблемы защитных механизмов психики, формирование позитивного мышления.

Сроки реализации программы: с 15 января по 19 марта 2018 года. Программа состоит из 10 занятий, каждое занятие проводится 1 раз в неделю по 1 часу. Место занятий: МБОУ СШ №80 города Красноярска. В качестве участников группы были выбраны младшие школьники с повышенном уровнем тревожности и низким уровнем успеваемости (20 человек).

Коррекционную работу с младшими школьниками целесообразно проводить в нескольких направлениях: развитие позитивного самовосприятия, повышение уверенности в своих силах, развитие доверия к другим людям, снятие мышечного напряжения, развитие навыков коллективной работы, отработка навыков владения собой в ситуациях, травмирующих ребенка.

При работе со школьниками параллельно проводится семинары и собрания с родителями, педагогическим коллективом.

Работа по всем направлениям проводится параллельно.

Структура занятий:

1. Приветствие.
2. Основная часть.
3. Рефлексия занятия, подведение итогов.
4. Ритуал прощания.

Оценка результативности программы может осуществляться через анализ следующих показателей: снижение уровня тревожности, представления ребенка о том, чему он научился на этих занятиях, оценка

изменений в поведении и деятельности ребенка, его эмоционального самочувствия.

Таблица 3

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Знакомство, снятие напряжения, слушание музыки	1 час
2	«Я такой, какой есть» Происходит снятие негативных переживаний, обучение выражению своих чувств.	1 час
3	«Звездопад» Повышение самооценки и значимости ребенка, настрой на успех.	1 час
4	«Мои страхи» Уверенное поведение в конкретных ситуациях.	1 час
5	«Островок безопасности» Восстановление внутреннего равновесия, развитие навыков саморегуляции в состоянии стресса.	1 час
6	«Меня любят» Повышение значимости каждого ребенка в глазах.	1 час
7	«Ошибки – это не беда» Корректировка позиции ребенка при негативно-целостном суждении о себе.	1 час
8	«Настроение» Развитие позитивного отношения к жизни, снятие психоэмоционального напряжения.	1 час
9	«Я уверен» Тренировка детей в умении чувствовать настроение.	1 час
10	«Что значит счастье» Активизация жизненных сил, развитие самостоятельности, чувствовать себя достойным и ценным.	1 час
	ВСЕГО	10 часов

Полная программа занятий представлена в приложении Г.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

При использовании эмпирических методов исследования позволяет определить зависимость между уровнем тревожности и успеваемостью детей младшего школьного возраста.

Сравнивая результаты изучения успеваемости при различных уровнях тревожности учащихся, мы можем говорить, что большинство школьников с высоким уровнем тревожности имеют низкий уровень успеваемости.

Основной процент учащихся с оптимальным уровнем тревожности определен в группе учащихся с высоким и средним уровнем успеваемости. Вследствие чего нами была составлена программа коррекционно-развивающих мероприятий, направленных на снижение повышенной тревожности младших школьников в учебной деятельности.

Данная программа рассчитана на 10 занятий, а также на совместную работу школьника, психолога, родителей, педагогического коллектива.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В настоящее время в научной психологической литературе имеет место большое количество определений понятия «тревожности». Каждый автор имеет собственное видение толкование этого термина. Под тревожностью большинство авторов (А.М. Прихожан, Ч.Д. Спилбергер и др.) понимают устойчивую индивидуальную характеристику, отражающую предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающую наличие у него тенденции воспринимать большинство ситуаций как угрожающих, отвечая на каждую из них определенной реакцией.

Изучение влияния тревожности на успеваемость школьного обучения в младшем школьном возрасте является одной из самых важных, актуальных и востребованных проблем современной психологической науки, потому что в младшем школьном возрасте формируются познавательные процессы, которые переходят из непроизвольных в произвольные. Тревожность младших школьников подразделяется на личностную и ситуативную.

Необходимо отметить, что угрозу психическому здоровью личности школьника создает высокий уровень тревожности, а также способствует развитию предневротических состояний. Предпосылкой возникновения тревожности является повышенная чувствительность.

Нами было проведено экспериментальное исследование с целью изучения взаимосвязи уровня тревожности с успеваемостью у учащихся 3 классов.

Исследование проводилось на базе МБОУ СШ №80 города Красноярск, с февраля 2017 г. по апрель 2017 г. В исследовании приняли участие учащиеся 3 «А», 3 «Б», 3 «В» и 3 «Г» классов. Общее количество испытуемых – 90 школьников.

В своем исследовании для оценки уровня личностной тревожности подростков мы использовали методики: методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филипса), методика многомерной оценки

детской тревожности (МОТД). Так же мы использовали анализ учебной документации для выявления уровня успеваемости младших школьников.

На основе полученных данных нами была составлена программа коррекционно-развивающих мероприятий, направленных на снижение повышенной тревожности младших школьников в учебной деятельности

Таким образом, поставленные нами цели и задачи нашего исследования выполнены. Гипотеза, поставленная нами: мы предполагаем, что младшие школьники с высоким уровнем успеваемости имеют низкий уровень тревожности, младшие школьники с низким уровнем успеваемости имеют высокий уровень тревожности, подтвердилась.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Айзенк Х. Психологические теории тревожности. Тревога и тревожность. СПб.: Питер, 2016. 256 с.
2. Астапов В.М. Тревожность у детей. М.: Владос-Пресс, 2011. 220 с.
3. Астапов В.М. Тревожные расстройства у детей. М.: Владос-Пресс, 2015. 153 с.
4. Бабанский Ю.К. Педагогика: курс лекций. М.: Просвещение, 2008. 438 с.
5. Блонский П.П. Психология младших школьников М.: Проспект: Институт практической психологии, 2015. 574 с.
6. Большая психологическая энциклопедия / сост. Н.Д. Дубенюк. М.: Эксмо, 2014. 544 с.
7. Бударный А.А. Пути и методы предупреждения и преодоления неуспеваемости и второгодничества: автореферат. канд. дис. М., 2008. 21 с.
8. Бурменская Г.В., Карабанова О.А., Лидерс А.Г. Возрастное психологическое консультирование: Проблемы психического развития детей. М.: Эксмо, 2013. 217 с.
9. Бурлачук Л.Ф., Морозов, С.М. Словарь – справочник по психодиагностике. СПб.: Речь, 2015. 123 с.
10. Варламова А.Я. Школьная адаптация. Волгоград: ВГУ, 2015. 131 с.
11. Вачков И. Тревожность, тревога, страх: различение понятий // Школьный психолог. 2017. № 8. С. 20–24.
12. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство. М.: АСТ, 2013. 160 с.
13. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии. СПб.: Союз, 2014. 203 с.
14. Гельмонт А.М. О причинах неуспеваемости и путях ее преодоления. М.: Просвещение, 2009. 326 с.

15. Давыдов В. В. Теория развивающего обучения. М.: Педагогика, 2016. 356 с.
16. Давыдов Н.А., Аминов И.И. Психология в профессиональной деятельности. М.: Проспект, 2017. 264 с.
17. Дусавицкий А. К. Развивающее образование: теория и практика. Харьков: Лига-пресс, 2012. 245 с.
18. Есипов Б.П., Данилов М.А. Дидактика. М.: Проспект, 2007. 518 с.
19. Захаров А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. М.: ЭКСМО-Пресс, 2016. 448 с.
20. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб.: Питер, 2010. 320 с.
21. Изард К.Э. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2012. 464 с.
22. Имедадзе Н.В., Имедадзе И.В. М.: ИД Шалвы Амонашвили, 2010. 224 с.
23. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога начальной школы. Ростов – на – Дону: Феникс, 2015. 442 с.
24. Каирова И.А. Нравственное развитие младших школьников в процессе воспитания. М.: Просвещение, 2011. 182 с.
25. Крайг Г. Психология развития. СПб.: Питер, 2010. 992 с.
26. Лебединский В.В. Нарушения психического развития у детей. М.: Контент, 1995. 336 с.
27. Левитов Н.Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги // Вопросы психологии. 2017. № 3. С. 19–25.
28. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Академия, 2005. 214 с.
29. Макшанцева Л.В. Тревожность и возможности её снижения у детей // Психологическая наука и образование. 2017. № 2. С. 45–49.
30. Мартыненко О.Б. Происхождение страхов у детей // Журнал прикладной психологии. 2017. № 2. С.11-15.

31. Мурачковский Н.И. Типы неуспеваемости школьников. М.: Педагогика, 2009. 288 с.
32. Мерлин В.С. Психология индивидуальности. Воронеж: МОДЭК, 2000. 214 с.
33. Наенко Н.И. Психическая напряженность. М.: Изд-во Моск. ун-та, 2006. 112 с.
34. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Большой толковый словарь. М.: Проспект, 2012. 506 с.
35. Практикум по психологии состояний: Учебное пособие / сост. О.А. Прохорова. СПб: Речь, 2014. 215 с.
36. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. 2017. № 2. С. 45–48.
37. Савина Е., Шанина Н. Тревожные дети // Дошкольное воспитание. 2016. № 4. С. 15–21.
38. Спилбергер Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги. М.: Физкультура и спорт, 2013. 241 с.
39. Столяренко Л.Д. Педагогическая психология. Ростов-на-Дону: Феникс, 2013. 381 с.
40. Хабирова Е.Р. Тревожность и ее последствия. СПб.: Питер, 2013. 415 с.
41. Хорни К. Собрание сочинений. М.: АСТ, 2014. 387 с.
42. Фельдштейн Д.И. Психология развития личности в онтогенезе. М.: Учитель, 2015. 314 с.
43. Фрейд З. Страх. Тревога и тревожность. Сост. В.М. Астапова. СПб.: Питер, 2011. 329 с.
44. Эльконин Д.Б. Психология игры. М.: Гуманит.изд. центр Владос, 2009. 197 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Методика «Многомерная оценка детской тревожности»

Методика представляет собой клинически апробированный опросник, предназначенный как для экспресс, так и для структурной диагностики расстройств тревожного спектра у детей и подростков. Разработан в 2007 году в НИПНИ им. Бехтерева Е.Е. Малковой (Ромицыной) под руководством Л.И. Вассермана.

Инструкция к методике МОДТ:

«Предлагаемые вам вопросы имеют отношение к тому, как вы себя обычно чувствуете. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет». Старайтесь отвечать правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

Если вы определились с ответом на конкретный вопрос, то напротив соответствующего ему номера следует поставить знак «+», если ответ «Да» и знак «-», если ваш ответ на данный вопрос «Нет».

Если вы затрудняетесь в выборе однозначного ответа, то выбирайте решение в соответствие с тем, что бывает чаще. Если ваш ответ на данный вопрос может быть различным в разные периоды вашей жизни, выбирайте ответ так, как это правильно в настоящее время. Всякий вопрос, ответ на который вы не можете сформулировать как «Да», следует считать отрицательным (т.е. «Нет»).

Ниже приводится список вопросов.

1. Часто ли ты чувствуешь себя обеспокоенным и взволнованным?
2. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
3. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, только потому, что тебя могут не выбрать?
4. Как ты думаешь, теряют ли симпатии учителей те из учеников, которые не справляются с учебной работой?

5. Можешь ли ты свободно говорить с родителями о вещах, которые тебя беспокоят?
6. Трудно ли тебе учиться не хуже других ребят?
7. Боишься ли ты вступать в спор?
8. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
9. Часто ли ты чувствуешь себя усталым?
10. Сказывается ли на желудке твое волнение?
11. Когда вечером ты лежишь в постели, часто ли ты испытываешь беспокойство по поводу того, что будет завтра?
12. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать того, что хочешь делать ты?
13. Кажется ли тебе, что окружающие часто недооценивают тебя?
14. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
15. Можешь ли ты обратиться со своими проблемами к близким, не испытывая страха, что тебе будет хуже?
16. Часто ли тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
17. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
18. Обычно ты волнуешься при ответе или выполнении контрольных заданий?
19. Чувствуешь ли ты себя бодрым после отдыха?
20. Случается ли тебе попадать в такие ситуации, когда ты чувствуешь, что твое сердце вот-вот остановится?
21. Часто ли тебя что-то мучает, а что – не можешь понять?
22. Часто ли ты чувствуешь себя не таким, как большинство твоих одноклассников?
23. Часто ли ты боишься, что тебе не о чем будет говорить, когда кто-то начинает с тобой разговор?
24. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?

25. Кажется ли тебе иногда, что никто из родителей тебя хорошо не понимает?
26. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда ты делаешь ошибки?
27. Обычно тебя волнует то, что думают о тебе окружающие?
28. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
29. Чувствуешь ли ты себя хуже от волнений и ожидания неприятностей?
30. Случается ли, что ты испытываешь кожный зуд и покалывание, когда волнуешься?
31. Часто ли ты волнуешься из-за того, что, как выясняется позже, не имеет никакого значения?
32. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
33. Испытываешь ли ты стеснение, находясь среди малознакомых людей?
34. Волнуешься ли ты, когда учитель просит остаться после уроков и поработать с ним индивидуально?
35. Когда у тебя плохое настроение, советуют ли тебе твои родители успокоиться и отвлечься?
36. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выделиться?
37. Часто ли, отвечая на уроке, ты переживаешь о том, что думают о тебе в это время другие?
38. Мечтаешь ли ты о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
39. Часто ли у тебя болит голова после напряженного дня?
40. Бывает ли у тебя сильное сердцебиение в тревожных для тебя ситуациях?
41. Часто ли ты чувствуешь неуверенность в себе?

42. Нравится ли тебе тот одноклассник, к которому другие ребята относятся лучше всех?
43. Обычно ты боишься невольно обидеть других людей своими случайно сказанными словами или поведением?
44. Боишься ли ты критики со стороны учителя?
45. Начинают ли твои родители сердиться и возмущаться по поводу любого пустяка, совершенного тобой?
46. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем теперь?
47. Часто ли одноклассники смеются над твоей внешностью и поведением?
48. Бывает ли так, что, отвечая перед классом, ты начинаешь заикаться и не можешь ясно произнести ни одного слова?
49. Трудно ли тебе вставать по утрам вовремя?
50. Бывают ли у тебя внезапные чувства жара или озноба?
51. Трудно ли тебе сосредоточиться на чем-то одном?
52. Верно ли, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
53. Часто ли ты, услышав смех, чувствуешь себя задетым и думаешь, что смеются над тобой?
54. Легко ли учителю привести тебя в замешательство своим неожиданным вопросом?
55. Часто ли твои родители интересуются тем, что тебя волнует и чего ты хочешь?
56. Боишься ли ты не справиться со своей работой?
57. Часто ли ты упрекаешь себя в том, что не используешь многие свои способности?
58. Обычно ты спишь спокойно накануне контрольной или экзамена?
59. Легко ли ты засыпаешь вечером?
60. Кажется ли тебе иногда, что твое сердце бьется неравномерно?
61. Часто ли тебе снятся страшные сны?

62. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?

63. Боишься ли ты потерять симпатии других людей?

64. Считаешь ли ты, что педагоги относятся к тебе несправедливо?

65. Всегда ли родители с пониманием выслушивают твои взгляды и мнения?

66. Можешь ли ты быть очень настойчивым, если хочешь добиться определенной цели?

67. Трудно ли тебе писать, если при этом кто-то смотрит на твои руки?

68. Часто ли ты получаешь низкую оценку, хорошо зная материал только из-за того, что волнуешься и теряешься при ответе?

69. Часто ли ты сердишься по мелочам?

70. Бывает ли так, что при волнении у тебя появляются красные пятна на шее и на лице?

71. Часто ли ты испытываешь страх в тех ситуациях, когда точно знаешь, что тебе ничто не угрожает?

72. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?

73. Обычно тебе безразлично, что думают о тебе другие?

74. Боишься ли ты, что тебя могут вызвать к директору?

75. Если ты сделаешь что-нибудь не так, будут ли твои родители постоянно и везде говорить об этом?

76. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?

77. Нравится ли тебе быть первым, чтобы другие тебе подражали и следовали бы за тобой?

78. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?

79. Часто ли тебе приходится дома доделывать задания, которые ты не успел выполнить в классе?

80. Бывает ли тебе трудно дышать из-за волнения?
81. Боишься ли ты оставаться дома один?
82. Мешает ли тебе твоя застенчивость подружиться с тем, с кем хотелось бы?
83. Часто ли бывает, что тебе кажется, будто окружающие смотрят на тебя, как на никчемного и ненужного человека?
84. «Холодеет» ли у тебя все внутри, когда учитель делает тебе замечание?
85. Бывает ли тебе обидно, когда твое мнение не совпадает с мнением твоих родителей, а они категорически настаивают на своем?
86. Часто ли тебе снится, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
87. Боишься ли ты, что тебя неправильно поймут, когда ты захочешь что-то сказать?
88. Часто ли бывает такое, что у тебя слегка дрожит рука при выполнении контрольных заданий?
89. Легко ли тебе расплакаться из-за ерунды?
90. Боишься ли ты, что тебе вдруг станет дурно в классе?
91. Страшно ли тебе оставаться одному в темной комнате?
92. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
93. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя окружающие?
94. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости из-за того, что ты не знаешь урок?
96. Сильно ли ты переживаешь по поводу замечаний и отметок, которые тебя не удовлетворяют?
97. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?
98. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?

99. Часто ли ты получаешь более низкую оценку, чем мог бы получить из-за того, что не успел чего-то сделать?

100. Потеют ли у тебя руки и ноги при волнении?

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Диагностика школьной тревожности: опросник Филлипса

Возрастные ограничения. Опросник предназначен для работы с детьми младшего и среднего школьного возраста. Оптимально его применение в 3–7 классах средней школы.

Процедура диагностики. Диагностика может проводиться как в индивидуальной, так и групповой форме. Вопросы предъявляются либо письменно, либо на слух. Присутствие учителя или классного руководителя в помещении, где проводится опрос, крайне нежелательно.

Необходимые материалы. Для проведения исследования необходим текст опросника, а также листы бумаги по числу учащихся.

Инструкция. «Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы чувствуете себя в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет правильных или неправильных, хороших или плохих ответов. На листе для ответов сверху напишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если вы согласны с ним, и «-», если не согласны».

Текст методики приведен ниже.

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько хорошо ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снилось ли тебе, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?

9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос, не останешься ли ты на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, чего хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, которых ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет плохо в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты совершишь ошибку?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли ты с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнил?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относятся к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя опрашивают?

27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты чувствуешь себя с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что твои одноклассники говорят обидные для тебя вещи?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, кто не справляется с учебной работой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
34. Часто ли ты боишься выглядеть смешно?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем сейчас?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты, отвечая на уроке, задумываешься о том, как выглядишь со стороны?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся твои одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?

45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и твое поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить на вопрос учителя, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Бывает ли так, что ты долго не можешь заснуть, думая о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что забыл вещи, которые раньше хорошо знал?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты пишешь самостоятельную работу?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель дает самостоятельную работу, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ней?
54. Снилось ли тебе временами, что у тебя не получается такое задание, которое могут сделать все твои одноклассники?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может спросить тебя или дать проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, бывает ли так, что ты чувствуешь, что получишь за него «2»?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты выполняешь задание на доске перед всем классом?

Результаты первичной обработки МОТД и диагностики школьной тревожности Филлипса.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	2.6	2.7	2.8	2.9
Иван	11с	7с	6с	3с	3с	5с	4с	4с	2н	3с	4с	7с	3с	2н	5с	7с	6с	7с
Алена	12с	5с	7с	3с	3с	3с	3с	4с	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Елизавета	14с	6с	5с	3с	3с	2с	3с	5с	6с	4с	7с	6с	5с	6с	4с	7с	4с	6с
Евгения	16в	10в	13в	4в	4в	4в	4в	8в	8в	7в	9в	8в	7в	9в	8в	7в	9в	8в
Максим	17в	8в	8в	4в	4в	5в	5в	7в	9в	10в	7с	9в	10в	7с	9в	10в	7с	9в
Артем	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	0н	1н	4с	1н	3н	2н	3н	4с	2н	3н
Андрей	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Надежда	19в	9в	9в	4в	4в	4в	4в	6в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в
Игорь	20в	8в	10в	4в	4в	4в	4в	6в	8в	9в	7с	8в	9в	7с	8в	9в	7с	8в
Ирина	12с	5с	7с	3с	3с	3с	3с	4с	0н	1н	4с	1н	3н	2н	3н	4с	2н	3н
Татьяна	14с	6с	5с	3с	3с	2с	3с	5с	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Ольга	18в	10в	11в	5в	5в	5в	5в	7в	9в	7в	6с	9в	7в	6с	9в	7в	6с	9в
Максим	16в	10в	12в	5в	5в	4в	4в	8в	10в	10в	8в	10в	10в	8в	10в	10в	8в	10в
Павел	12с	5с	7с	3с	3с	3с	3с	4с	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Елена	14с	6с	5с	3с	3с	2с	3с	5с	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Наталья	17в	8в	13в	4в	4в	5в	5в	7в	8в	8в	9в	8в	8в	9в	8в	8в	9в	8в
Константин	19в	9в	8в	4в	4в	5в	5в	6в	9в	7в	7с	9в	7в	7с	9в	7в	7с	9в
Федор	12с	4н	3н	1н	3с	3с	1н	3н	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Ангелина	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Мария	20в	8в	9в	4в	4в	5в	5в	8в	10в	10в	8в	10в	10в	8в	10в	10в	8в	10в
Ирина	12с	5с	7с	3с	3с	3с	3с	4с	0н	1н	4с	1н	3н	2н	3н	4с	2н	3н
Наталья	14с	6с	5с	3с	3с	2с	3с	5с	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Екатерина	18в	10в	10в	4в	4в	5в	5в	7в	8в	8в	7с	8в	8в	7с	8в	8в	7с	8в
Надежда	12с	4н	3н	1н	3с	3с	1н	3н	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Игорь	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Артем	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Мария	16в	10в	11в	5в	5в	4в	4в	8в	9в	7в	6с	9в	7в	6с	9в	7в	6с	9в
Ирина	12с	5с	7с	3с	3с	3с	3с	4с	0н	1н	4с	1н	3н	2н	3н	4с	2н	3н
Наталья	14с	6с	5с	3с	3с	2с	3с	5с	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Екатерина	17в	8в	12в	5в	5в	4в	4в	7в	8в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в	8в	8в
Анна	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Ирина	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Иван	19в	9в	13в	4в	4в	4в	4в	6в	8в	8в	9в	8в	8в	9в	8в	8в	9в	8в
Евгения	20в	8в	8в	4в	4в	4в	4в	6в	9в	9в	7с	9в	9в	7с	9в	9в	7с	9в

Артем	16в	10в	9в	4в	4в	4в	4в	7в	8в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в	8в	8в
Андрей	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	0н	1н	4с	1н	3н	2н	3н	4с	2н	3н
Надежда	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Алескандр	16в	10в	10в	4в	4в	4в	4в	8в	9в	8в	7с	9в	8в	7с	9в	8в	7с	9в
Антон	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Игорь	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	6с	4с	7с	6с	5с	6с	4с	7с	4с	6с
Ирина	17в	8в	11в	5в	5в	5в	5в	8в	10в	7в	6с	10в	7в	6с	10в	7в	6с	10в
Татьяна	12с	5с	7с	3с	3с	3с	3с	4с	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Ольга	14с	6с	5с	3с	3с	2с	3с	5с	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Анастасия	19в	9в	12в	5в	5в	4в	4в	6в	9в	10в	8в	9в	10в	8в	9в	10в	8в	9в
Максим	16в	10в	13в	4в	4в	4в	4в	7в	8в	7в	9в	8в	7в	9в	8в	7в	9в	8в
Елена	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Наталья	17в	8в	8в	4в	4в	4в	4в	7в	9в	10в	7с	9в	10в	7с	9в	10в	7с	9в
Кристина	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Юрий	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	6с	4с	7с	6с	5с	6с	4с	7с	4с	6с
Константин	19в	9в	9в	4в	4в	5в	5в	6в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в
Федор	12с	4н	3н	1н	3с	3с	1н	3н	0н	1н	4с	1н	3н	2н	3н	4с	2н	3н
Ангелина	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Мария	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Игорь	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Артем	16в	10в	13в	4в	4в	4в	4в	7в	8в	7в	9в	8в	7в	9в	8в	7в	9в	8в
Мария	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Ирина	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Наталья	17в	8в	8в	4в	4в	5в	5в	6в	9в	10в	7с	9в	10в	7с	9в	10в	7с	9в
Екатерина	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Анна	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	6с	4с	7с	6с	5с	6с	4с	7с	4с	6с
Михаил	19в	9в	9в	4в	4в	4в	4в	8в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в
Мария	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Ирина	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Наталья	20в	8в	10в	4в	4в	5в	5в	6в	8в	9в	7с	8в	9в	7с	8в	9в	7с	8в
Екатерина	12с	4н	3н	1н	3с	3с	1н	3н	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Надежда	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Игорь	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Артем	12с	4н	3н	1н	3с	3с	1н	3н	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Андрей	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с
Константин	16в	10в	13в	4в	4в	5в	5в	7в	10в	7в	9в	10в	7в	9в	10в	7в	9в	10в
Римма	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	3н	2н	0н	1н	2н	4с	2н	3н	1н	4с

Анастасия	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Илья	17в	8в	8в	4в	4в	5в	5в	8в	9в	10в	7с	9в	10в	7с	9в	10в	7с	9в
Дарья	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Елена	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Ольга	19в	9в	9в	4в	4в	4в	4в	6в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в	8в	8в	10в
Виталий	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Дмитрий	6н	4н	3н	1н	3с	2н	3с	2н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Кристина	20в	8в	10в	4в	4в	4в	4в	7в	8в	9в	7с	8в	9в	7с	8в	9в	7с	8в
Екатерина	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Сергей	16в	10в	13в	4в	4в	4в	4в	8в	9в	7в	9в	9в	7в	9в	9в	7в	9в	9в
Евгения	17в	8в	8в	4в	4в	4в	4в	6в	10в	10в	7с	10в	10в	7с	10в	10в	7с	10в
Владимир	12с	4н	3н	1н	3с	3с	1н	3н	2н	3с	4с	7с	3с	2н	3с	7с	6с	7с
Татьяна	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Татьяна	19в	9в	9в	4в	4в	4в	4в	7в	9в	8в	8в	9в	8в	8в	9в	8в	8в	9в
Михаил	8н	5с	4н	1н	2н	4с	1н	4с	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Алена	20в	8в	10в	4в	4в	4в	4в	6в	8в	9в	7с	8в	9в	7с	8в	9в	7с	8в
Петр	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	6с	4с	7с	6с	5с	6с	4с	7с	4с	6с
Ангелина	10н	5с	2н	3с	1н	1н	2н	3н	3с	6с	5с	4с	4с	3с	6с	6с	4с	4с
Илья	19в	8в	13в	4в	4в	4в	4в	7в	9в	7в	6с	9в	7в	6с	9в	7в	6с	9в

в. – высокий, с. – средний, н. – низкий.

Условные обозначения.

- | | | | |
|------|---|-----|--|
| 1.2 | Общая тревожность в школе | 2.1 | Тревога в отношениях со сверстниками |
| 1.3 | Переживание социального стресса | 2.2 | Тревога, связанная с оценкой окружающих |
| 1.4 | Фрустрация потребности в достижении успеха | 2.3 | Тревога в отношениях с учителями |
| 1.5 | Страх самовыражения | 2.4 | Тревога в отношениях с родителями |
| 1.6 | Страх ситуации проверки знаний | 2.5 | Тревога, связанная с успешностью в обучении |
| 1.7 | Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | 2.6 | Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения |
| 1.8 | Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | 2.7 | Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний |
| 1.9 | Проблемы и страхи в отношениях с учителями | 2.8 | Снижение психической активности, обусловленное тревогой |
| 1.10 | Общая тревожность | 2.9 | Повышенная вегетативная реактивность, обусловленная тревогой |

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

Занятие 1.

Цель: научиться новым способам знакомства, снятие напряжения в новой обстановке, составление ритуала приветствия.

Оборудование: Запись И. Штрауса «Вальсы», бумага, карандаши, клубок ниток.

1. Приветствие.
2. Упражнение «Клубок».

Инструкция: Участники садятся в круг. Каждому из участников дается возможность сообщить то, что у него лучше всего получается или то, чем он любит заниматься в свободное время.

Каждый участник называет свое имя, рассказывает о себе, при этом держит клубок в руках, затем зажимает свободный конец нитки крепко в руке, и передает клубок другому участнику. Таким образом, клубок передается дальше, пока все дети не окажутся частью одной постепенно разрастающейся паутины. После разговора паутина распутывается. Для этого каждый ребенок должен вернуть клубок предыдущему, назвать его по имени, и пересказывая его рассказ о себе.

Анализ упражнения:

- Все ли высказались в ходе игры?
- Как ты чувствуешь себя сейчас?
- Трудно ли тебе было запомнить имена?
- Чьи рассказы заинтересовали больше всего?

3. Упражнение «Графика под музыку».

Участникам предлагается под музыку, закрыв глаза, на листе бумаги проводить линии. Затем, открыв глаза, найти в этих линиях образы и обвести их карандашом разного цвета. (Обсуждение занятия).

4. Рефлексия.
5. Прощание.

Упражнение «Ток». Взяться за руки и передать рукопожатие.

Занятие 2.

Цель: повысить эмоциональную устойчивость у участников, снять негативные переживания, формирование навыков принятия собственных негативных эмоций.

Оборудование: «черная метка» овальной формы, бумага, краски, запись «Вальсы».

1. Приветствие.
2. Упражнение «Черная метка».

Инструкция: Участники садятся в круг. Им предлагается подумать и рассказать о своих неудачах.

Ведущий, зажав в ладонях «черную метку», рассказывает о своих неудачах, обидах, страхах. Говорит, что с помощью «черной метки» можно избавиться от этих неприятностей. Нужно только подумать о них, рассказать и сильно зажать «метку» в ладони. «Метка» передается по кругу. Если участник не хочет говорить об этом, то не нужно заставлять его, возможно он расскажет в последнюю очередь. В конце ведущий рвет метку при всех, и все говорят: «Уходи, мой страх, исчезай, моя обида!».

Анализ упражнения:

- Кому «метка» помогла?
- Кому стало легче от этого упражнения?
- Было ли у тебя ощущение, что другие тебя внимательно слушают?
- Что ты испытывал во время рассказа?
- Что ты чувствовал, когда слушал?
- Переживал ли ты нечто похожее?
- Понимаешь ли, теперь кого-то из детей лучше?

3. Упражнение «Наши чувства»

Участникам необходимо взять бумагу и нарисовать то, как вы ощущаете себя в данный момент. Нужно подобрать цвета, подходящие

вашему чувству. Рисовать можно все что хочется. Картину нужно назвать своим чувством.

Анализ упражнения:

- Какое чувство тебе больше всего нравится?
- Какое чувство тебе не нравится?
- С каким чувством ты идешь в школу?
- Когда ты радуешься?
- Когда тебе страшно?
- Когда ты злишься?

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 3.

Цель: повышение самооценки ребенка, развитие позитивного мышления, обучение способам настроя на успех.

Оборудование: лист ватмана, зубные щетки, краски.

1. Приветствие.

2. Упражнение «Дыхание»

Инструкция: Подумайте и назовите день, когда вы охотно идете в школу и когда неохотно, назовите ситуацию, в которой вы бываете собранным и когда вы взволнованны и невнимательны.

Ведущий предлагает сесть на стул и держать прямо спину, затем положить руки на колени, ладонями вверх. Теперь мысленным взором посмотри в центр своей груди. Вдохни глубоко и выдохни без паузы между вдохом и выдохом. Вдох происходит быстрее, чем выдох. Когда ты вдыхаешь, представь себе, что твой выдох долетает до двери нашей комнаты. А когда ты вдыхаешь, - не напрягайся, пусть воздух просто снова войдет в твое тело. И представь себе, что выдыхаешь свое беспокойство, свой страх, свое напряжение. (Упражнение выполняется 3 минуты под классическую музыку).

3. Упражнение «Похвала».

Каждый участник рассказывает кратко о том, как он однажды выполнил хорошо задание или совершил позитивный поступок.

Анализ упражнения: Краткая беседа о том, что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того, чтобы это заметить, необходимо очень внимательно, заботливо и доброжелательно относиться к людям, окружающим нас.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 4.

Цель: научить детей распознавать свои школьные страхи, помочь найти способы их преодоления.

Оборудование: таблички с ответами «да», «нет», «иногда», бумага, цветные карандаши и краски для каждого ребенка.

1. Приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Весело жить»

Группа участников сидит на стульях по кругу, водящий задает веселое движение, остальные все вместе повторяют его, произнося при этом: «Если весело живется, делай так». Упражнение длится, пока каждый не побудет ведущим. В конце можно повторить все действия по порядку.

3. Упражнение «Мои страхи».

Ведущий развешивает таблички с ответами «да», «нет», «иногда» на разные стены комнаты. Затем предлагает детям послушать утверждения, которые зачитывает ведущий, подумать, выбрать ответ и встать рядом с нужной табличкой.

Утверждения:

– Я волнуюсь по поводу своей учебы.

– Я сильно нервничаю перед контрольной работой и во время её выполнения.

– У меня часто болит голова или живот.

– Мне трудно сосредоточиться.

- Мне трудно принимать решения.
- Иногда мне немного страшно знакомиться с новыми людьми.
- Я чувствую, что на меня давят другие люди.
- Ночью я не всегда отдыхаю хорошо.
- Думаю, я слишком много волнуюсь.
- Взрослые слишком многого от меня ждут.
- Я боюсь ошибаться и проигрывать.

Обсуждение упражнения.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 5.

Цель: научить восстанавливать внутреннее равновесие, развитие навыков саморегуляции в состоянии стресса, развитие эмпатии.

Оборудование: декоративный камень, бумага, краски, аудиозапись «Звуки леса», мяч.

1. Приветствие.

2. Упражнение «Сад чувств».

Инструкция: Дети садятся в круг. Каждый думает о том, что чувствует, когда приходит напряжение. Ведущий задает вспомогательные вопросы. Когда участник говорит, то в руках «Камень повествования». Все остальные будут внимательно слушать.

Сначала каждый участник расскажет о своей стрессовой ситуации, а ведущий запишет на доске список различных ситуаций. Затем можно обсудить с детьми, что можно сделать, чтобы справиться с напряжением.

3. Релаксационное упражнение

Включается музыка, участники занимают удобное положение и закрывают глаза.

«Любой человек может найти в себе внутренние ресурсы и силы для решения стоящих перед ним проблем. Чтобы это сделать, нужно отвлечься от внешних обстоятельств. Мы отправимся с вами в увлекательное путешествие

за уникальным даром. Вы открываете дверь, которая ведет на улицу, и оказываетесь на лугу. Оглядевшись, вы замечаете яркость красок и света, траву, небо, солнце. Легких ветерок обдувает ваше лицо, вы чувствуете запах трав и цветов. Вы собираетесь в путешествие. Для прибытия в нужное место, вам нужен особый транспорт. Поднявший взор вверх вы видите волшебный летающий ковер, который направляется к вам. Вы садитесь на ковер. Вы чувствуете, как ковер поднимает вас выше и выше. Вы ощущаете себя в безопасности. Вы приближаетесь к самой высокой горе. Ковер приближается к большой пещере. Стены украшены кристаллами, похожими на драгоценные камни. Вы прибыли в место под названием «обитель проводника». Проводник вручает вам сундучок, он необычайно красив. Содержимое сундучка является тем, чем вы обладаете. Открыв его, вы видите подарок и рассматриваете его. После того как вы поймете на что он похож, вы установите связь между этим предметом и вашими внутренними возможностями. Проводник говорит, что вы можете задать вопросы об этом подарке. Вам пора возвращаться. Вы прощаетесь с проводником и благодарите его за дар. Вы выходите из пещеры, садитесь на ковер и взлетаете. Возвращаетесь к месту, откуда вы улетели. Ковер улетает. Прислушиваясь, вы понимаете, что вокруг находятся другие ребята и открываете глаза. Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов».

Обсуждение:

- Знаком ли тебе стресс, который приносит пользу?
- Каких стрессов ты можешь избежать?
- Что происходит с твоим телом, когда ты испытываешь стресс?
- Что делают твои родные, когда испытывают стресс?
- Когда у вас в классе бывают стрессовые ситуации?
- Достаточно ли тебе перемены, чтобы отдохнуть и «заправиться» энергией?
- Что больше всего тебе понравилось в воображаемом саду?
- Что доставило тебе наибольшую радость в твоей прогулке по саду?

4. Прощание.

Занятие 6.

Цель: повышение эмоционального настроения участника.

Оборудование: магнитофон, аудиозапись «Шум моря».

1. Приветствие.

2. Упражнение «Меня любят».

Дети по кругу говорят всем, за что их любит мама, повторяя рассказ своего соседа справа. Обсуждение упражнения.

3. «Сказка».

Зачитывается сказка «О вере в себя». Обсуждение.

Анализ упражнения:

– Получил ли ты какой-нибудь ответ на свой вопрос?

– Изменился ли твой вопрос?

– Как ты чувствуешь себя сейчас?

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 7.

Цель: обучение рефлексии, корректировка позиции ребенка при негативно-ценностном суждении о самом себе.

Оборудование: магнитофон, запись «Шум моря».

1. Приветствие.

2. Рисунок «Спокойное место».

Каждый участник должен нарисовать то место у моря, где ты сейчас был, или то чувство, которое он испытал, или твой вопрос, или полученный ответ.

3. Упражнение «Вода».

Инструкция: Участник садится в удобное положение и закрывает глаза.

Ведущий говорит: три раза глубоко вдохните и выдохните. Представь себе, что ты стоишь возле водопада. Но это не обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представь себя под этим

водопадом и почувствуй, как этот прекрасный белый свет струится по твоей голове. Ты чувствуешь, как расслабляется твой лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи. Белый свет течет по твоим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными. Белый свет стекает с твоей спины, и ты замечаешь, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной. А свет течет по твоей груди, животу. Ты чувствуешь, как они расслабляются, и ты сам, без всякого усилия, можешь глубже вдохнуть и выдохнуть. Это позволяет ощущать себя очень расслабленно и приятно. Пусть свет течет также по твоим рукам и ладоням, по пальцам. Ты знаешь, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к твоим ступням. Ты чувствуешь, что и они расслабляются и становятся мягкими. Этот удивительный водопад из белого света обтекает все твое тело. Ты чувствуешь себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом ты все глубже расслабляешься и наполняешься свежими силами. Теперь поблаговари этот водопад света за то, что он так чудесно тебя расслабил. Немного потянись, выпрямись и открой глаза.

4. Упражнение «Мои ошибки».

Ведущий говорит, что каждый из нас может совершить ошибки. Только таким образом мы можем чему-то учиться. Каждый из вас знает, что он время от времени ошибается. Затем просит назвать свою ошибку. Участники высказываются. Вся группа составляет правило: «Делать ошибки-это нормально».

Анализ упражнения:

- Переживаешь ли ты, когда совершаешь ошибку?
- Можешь ли ты, после того, как совершишь ошибку, начать делать что-то другое?
- Пытаешься ли ты снова и снова совершать какое-то действие до тех пор, пока не научишься его делать правильно?
- Кто радуется вместе с тобой, когда у тебя что-то получается?

5. Прощание.

Занятие 8.

Цель: научить участников позитивно относиться к жизни, закрепление положительных эмоций.

Оборудование: листы А4, карандаши.

1. Приветствие.

2. Упражнение «Я – уверен».

Участники по кругу дополняют фразу «Я уверен в ...». Ведущий помогает сформулировать ответы, задает наводящие вопросы. Обсуждение.

3. Упражнение «Круги»

Инструкция: Участники расставляют стулья в два ряда так, чтобы они стояли друг против друга и были повернуты друг к другу. Ведущий задает тему беседы, а пары начинают обсуждение. Через пару минут участники меняются парами.

Темы для обсуждения:

- Что интересного я могу придумать?..
- Как я реагирую на критику в мой адрес?..
- Место, в котором я могу хорошо отдохнуть?..
- Успехи, которые я достиг в жизни?..
- Очень важная цель для меня?..
- Чем я в себе горжусь?..
- Как ты избегаешь стрессов?..
- Самая большая радость, которую я кому – либо доставил...
- Самое лучшее в моей семье...
- Самое лучшее в моем классе...

Анализ:

- О чем ты больше всего любишь говорить?
- На какую тему тебе труднее всего говорить?
- Какое настроение у тебя сейчас?

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 9.

Цель: тренировка детей в умении чувствовать свое настроение, проявлять положительные эмоции.

1. Приветствие.

2. Упражнение «Мой идеальный день».

Необходимо описать в подробностях свой идеальный день, или часть дня, например вечер, утро. Особое внимание уделяется личным предпочтениям и жизненным ценностям, определить, что важно для вас. Это может быть любой вид деятельности, который важен для вас.

Анализ:

- Какой твой идеальный день?
- Можно ли что-нибудь добавить к нему?
- Тебе он нравится?
- Что можно убрать из него?
- Как ты себя сейчас чувствуешь?

3. «Лучшее будущее»

Участники произвольно делятся на 4 подгруппы. В каждой группе должен наблюдаться высокий уровень эмпатии. Необходимо представить позитивное будущее любого члена подгруппы. В подгруппах можно свободно высказываться. Участник, про которого говорят, никак не должен комментировать сказанное, возможно, говорить только благодарность.

4. Рефлексия.

5. Прощание.

Занятие 10.

Цель: активизация жизненных сил, развитие самостоятельности и умения присоединиться к группе, чувствовать себя достойным и ценным.

1. Приветствие.

2. «Жизнь хороша»

Каждый из участников занимает удобное положение. Включается фоновая музыка спокойных тонов. Каждому из участников необходимо мысленно перечислить позитивные моменты своей жизни, чем больше участник вспомнит, тем лучше.

Анализ упражнения:

- Какие ощущения ты испытывал, когда перечислял моменты?
- Какой момент ты больше запомнил?
- Что было самым трудным для тебя?

3. «Беседа»

Группа обсуждает, что понравилось в программе, чтобы они хотели повторить, что запомнили.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого - педагогического образования

Кафедра социальной психологии

Направление подготовки 44.03.02. Психолого – педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы Психология образования

ОТЗЫВ НАУЧНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ

на ВКР бакалавра **Шмидт Алены Александровны**
по теме **Особенности тревожности младших школьников с разным
уровнем успеваемости**

В выпускной квалификационной работе Шмидт А.А. рассматривались особенности тревожности младших школьников с разным уровнем успеваемости.

Цель работы, объект и предмет исследования в целом согласованы. Задачи исследования отражают этапы его проведения. Избранная автором логика исследования, последовательность и содержание глав и разделов позволяет раскрыть выбранную тему и предложить программу психокоррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста.

Подобран адекватный целям и предмету исследования диагностический инструментарий. Результаты эмпирического исследования достоверны, выводы обоснованы. Выявлена достаточная полнота проработки литературных источников. Качество общего оформления работы, таблиц, иллюстраций соответствует требованиям к выпускной квалификационной работе бакалавра.

Алена Александровна в процессе работы показала базовый уровень сформированности общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций. Бакалавр за время подготовки дипломной работы к защите проявила себя ответственным и трудолюбивым исследователем.

Научный руководитель
к.псх.н., доцент,
КГПУ им.В.П.Астафьева



Т.Ю. Тодышева

Отчет о проверке на заимствования №1

Автор: Авдеева Татьяна Геннадьевна avd_2005_61@mail.ru / ID: 815245

Проверяющий: Авдеева Татьяна Геннадьевна (avd_2005_61@mail.ru / ID: 815245)

Отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат»- <http://www.antiplagiat.ru>

ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ

№ документа: 405
 Начало загрузки: 20.06.2018 11:00:58
 Длительность загрузки: 00:00:01
 Имя исходного файла: Шмидт А.А
 Особенности тревожности младших школьников с разным уровнем успеваемости
 Размер текста: 905 кБ
 Символов в тексте: 78847
 Слов в тексте: 9181
 Число предложений: 856

ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОТЧЕТЕ

Последний готовый отчет (ред.)
 Начало проверки: 20.06.2018 11:00:59
 Длительность проверки: 00:00:03
 Комментарии: не указано
 Модули поиска:

ЗАИМСТВОВАНИЯ	ЦИТИРОВАНИЯ	ОРИГИНАЛЬНОСТЬ
32,24%	0%	67,76%



Заимствования — доля всех найденных текстовых пересечений, за исключением тех, которые система отнесла к цитированиям, по отношению к общему объему документа.

Цитирования — доля текстовых пересечений, которые не являются авторскими, но система посчитала их использование корректным, по отношению к общему объему документа. Сюда относятся оформленные по ГОСТу цитаты; общепотребительные выражения; фрагменты текста, найденные в источниках из коллекций нормативно-правовой документации.

Текстовое пересечение — фрагмент текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника.

Источник — документ, проиндексированный в системе и содержащийся в модуле поиска, по которому проводится проверка.

Оригинальность — доля фрагментов текста проверяемого документа, не обнаруженных ни в одном источнике, по которым шла проверка, по отношению к общему объему документа.

Заимствования, цитирования и оригинальность являются отдельными показателями и в сумме дают 100%, что соответствует всему тексту проверяемого документа.

Обращаем Ваше внимание, что система находит текстовые пересечения проверяемого документа с проиндексированными в системе текстовыми источниками. При этом система является вспомогательным инструментом, определение корректности и правомерности заимствований или цитирований, а также авторства текстовых фрагментов проверяемого документа остается в компетенции проверяющего.

№	Доля в отчете	Доля в тексте	Источник	Ссылка	Актуален на	Модуль поиска	Блоков в отчете	Блоков в тексте
[01]	0,14%	10,52%	Скачать/bestref-111435.doc	http://bestreferat.ru	раньше 2011	Модуль поиска Интернет	2	129
[02]	6,97%	9,93%	Влияние тревожности на усп...	http://knowledge.allbest.ru	раньше 2011	Модуль поиска Интернет	92	120
[03]	6,44%	8,28%	Влияние тревожности на усп...	http://bibliofond.ru	раньше 2011	Модуль поиска Интернет	44	74

Еще источников: 17
 Еще заимствований: 18,69%

Согласовано

[Подпись]

18.06.18

Согласие

на размещение текста выпускной квалификационной работы обучающегося
в ЭБС КГПУ им. В.Л. Астафьева

Я, Шширт Елена Александровна
(фамилия, имя, отчество)

разрешаю КГПУ им. В.Л. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать
(доводить до всеобщего сведения) в полном объеме и по частям написанную
мною в рамках выполнения основной профессиональной образовательной
программы выпускную квалификационную работу бакалавра / специалиста /
магистра / аспиранта

(нужное подчеркнуть)

на

тему: особенности тревожности младших
школьников с разным уровнем успеваемости

(название работы)

(далее - ВКР) с сети Интернет в ЭБС КГПУ им. В.Л. Астафьева, расположенном
по адресу <http://elib.kspu.ru> таким образом, чтобы любое лицо могло получить
доступ к ВКР из любого места и в любое время по собственному выбору, в
течение всего срока действия исключительного права на ВКР.

Я подтверждаю, что ВКР написана мною лично, в соответствии с
правилами академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных
лиц.

18.06.18
(дата)

Шширт
(подпись)