

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра педагогики и психологии
профессионального образования

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
СТАРШЕКЛАССНИКОВ
С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ
В УСЛОВИЯХ ГАОУ СО «ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ
«РОДНИК ЗНАНИЙ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса группы 411

направления 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»

Института дополнительного профессионального образования

Дудиной Юлии Андреевны

Научный руководитель:
доцент кафедры педагоги-
ки и психологии профес-
сионального образования
ИДПО СГУ,
к. пед. н., доцент

подпись , дата

В. А. Ширяева

Зав. кафедрой
к. пед. н., доцент

подпись , дата

В. А. Ширяева

Саратов 2025

ВВЕДЕНИЕ

В старших классах школьники готовятся к экзаменам и выпускным испытаниям, это увеличивает их стресс и может привести к дисфункциональным последствиям. Трудности, связанные с школьной тревожностью, неуверенностью в социальных навыках и низкой самооценкой, становятся особенно актуальными. Учитывая эти факторы, важно обеспечить адекватное психолого-педагогическое сопровождение старшеклассников. Это может включать диагностику уровня тревожности, разработку индивидуальных и групповых программ поддержки, а также активное сотрудничество с родителями и педагогами.

Актуальность исследования психолого-педагогических проблем школьной тревожности в старших классах обусловлена несколькими ключевыми факторами:

1. В настоящее время увеличилось число тревожных детей, эмоционально неустойчивых с повышенным беспокойством и неуверенностью.
2. Влияние на образовательный процесс: высокий уровень тревожности негативно сказывается на успеваемости и мотивации учащихся. Понимание причин тревожности может помочь в создании условий для оптимального обучения.
3. Психологические последствия: тревожность может приводить к более серьезным психическим расстройствам, таким как депрессия или панические атаки. Исследование проблем тревожности позволяет выявить и предупредить потенциальные риски.
4. Социальные факторы: постоянное воздействие социокультурных и экономических изменений формирует новый контекст для подростков. Изучение особенностей школьной тревожности помогает адаптировать подходы к обучению и воспитанию к реальным условиям.
5. Готовность к профессиональной жизни: старшеклассники готовятся к выбору профессии, это добавляет дополнительное давление. Исследование

тревожности в этой области поможет разработать стратегии, которые облегчат переход.

6. Недостаток знаний в практике: Существующие образовательные программы часто не учитывают специфические потребности подростков с высоким уровнем тревожности. Исследование данных проблем может стать основой для разработки новых рекомендаций и программ.

Исследование психолого-педагогических проблем тревожности в старших классах является актуальной задачей, требующей комплексного подхода и внимания со стороны образовательных учреждений, психологов и семьи. Такие исследования необходимы для создания более глубокой и эффективной системы поддержки учащихся, способствующей их психологическому благополучию и успешной социализации.

Проблема школьной тревожности по-прежнему остается многогранной. К ней можно отнести такие факторы как - повышенные требования, социальное давление, низкая самооценка, необходимость принятия важных решений, недостаток знаний о тревожности. Многие преподаватели и родители не понимают специфики проявлений тревожности, это затрудняет диагностику и поддержку старшеклассников. Таким образом, школьная тревожность в старших классах представляет собой разностороннюю проблему, требующую комплексного подхода для её понимания и решения. Решение этой проблемы включает развитие программ поддержки, повышение информированности о психологии подростков и создание благоприятной образовательной среды.

Объект исследования – школьная тревожность.

Предмет изучения – психолого-педагогическое сопровождение старшеклассников с разным уровнем тревожности.

Цель исследования: выявить причины и изучить проявления и последствия школьной тревожности у старшеклассников с целью разработки и внедрения эффективных психолого-педагогических программ, направленных на снижение уровня тревожности и формирование положительного отношения к учебному процессу.

Задачи:

1. Выявление факторов, способствующих развитию тревожности у старшеклассников.
2. Анализ влияния тревожности на успешность учебной деятельности и социализацию учащихся.
3. Оценка уровня тревожности среди старшеклассников через опросы и тестирования.
4. Разработка рекомендаций и программ поддержки для учащихся, родителей и педагогов.

Гипотеза исследования: реализация программы психолого-педагогического сопровождения старшеклассников с разным уровнем тревожности в условиях Центра Образования «Родник знаний» может способствовать снижению тревожности.

Для доказательства гипотезы и достижения поставленной цели в качестве *методов исследования* были использованы:

- теоретические методы: анализ психолого-педагогической литературы в аспекте изучаемой проблемы;
- эмпирические методы: опросы и анкетирование, наблюдение, эксперимент.

В рамках эмпирического исследования были использованы следующие *диагностические методики:*

- опросник «Школьная тревожность» Б. Филлипса (русскоязычная версия «Тест школьной тревожности Филлипса»)
- методика Е. И. Рогова «Шкала тревожности», разработанная по принципу «Шкалы социально-ситуативной тревожности» Д. Кондаша;
- методика «Исследование тревожности» (опросник Ч.Д. Спилбергера-Ю.Л. Ханина).

База исследования: Исследование проводилось на базе государственного автономного общеобразовательного учреждения Саратовской области «Центр образования «Родник знаний» город Энгельс.

Выборку исследования составили 34 учащихся 9 - 11 классов.

Структура бакалаврской работы обусловлена ее целью и задачами, и состоит из введения, двух глав, включающих в себя 7 параграфов, заключения, списка использованных источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе "Теоретический анализ исследований тревожности в подростковом возрасте" рассматривается феномен "школьной тревожности" в отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературе. Анализируется психофизиологическое развитие старшеклассников и исследуется школьная тревожность в современном контексте. Описывается психолого-педагогическое сопровождение учащихся с высоким уровнем тревожности.

Во второй главе «Эмпирическое исследование психолого-педагогического сопровождения старшеклассников с разным уровнем тревожности в ГАОУ СО «Центр образования «Родник Знаний»» представлены результаты эмпирического исследования, включая разработку и апробацию программы психолого-педагогического сопровождения для снижения школьной тревожности. В заключении содержатся основные выводы, полученные в ходе исследования.

Этапы эмпирического исследования:

1. Констатирующий этап – диагностика учащихся и анализ данных.
2. Формирующий этап – разработка и апробация программы психолого-педагогической поддержки школьников, подверженных тревожности.
3. Контрольный этап – повторная проверка испытуемых с использованием методик, применённых на констатирующем этапе, и анализ полученных данных.

В ходе проведения исследования были взяты 2 группы В контрольную группу вошли глухие обучающиеся с 9 по 11 класс. Количество глухих составило 19 учеников. В экспериментальную группу вошли ученики из 9 и 11 клас-

са по общему признаку, частичная потеря слуха (слабослышащие). Группа слабослышащих учеников была в количестве 15 человек.

Констатирующий этап включал в себя 3 методики: «Тест школьной тревожности Филлипса», «Шкала тревожности» (Е. И. Рогов, 1996), «Шкала самооценки уровня тревожности» Ч.Д. Спилбергера.

Результаты тестирования по опроснику школьной тревожности Филлипса представлены на рисунке 1.

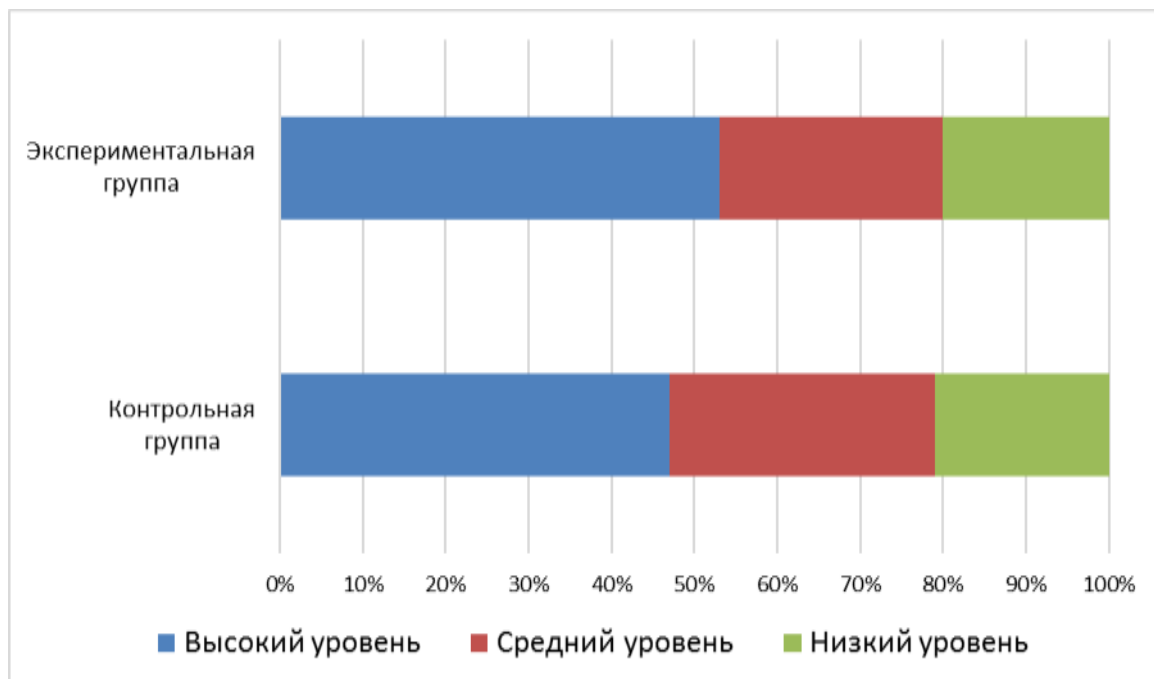


Рисунок 1 – Диаграмма с результатами исследования уровня тревожности старшекласников по методике «Тест школьной тревожности Филлипса»

В первой группе (контрольной) высокий уровень тревожности составлял 47% от общего количества группы. 32% первой группы показали средний уровень школьной тревожности и у оставшихся 21% - низкий уровень школьной тревожности. Во второй группе (экспериментальной) был выявлен высокий уровень тревожности у 53%, средний уровень школьной тревожности был у 27% и низкий уровень школьной тревожности показали 20% второй группы.

«Шкала тревожности» (Е. И. Рогов, 1996) разработана по принципу «Шкалы социально-ситуативной тревожности» Д. Кондаша (1973) показала следующие результаты:

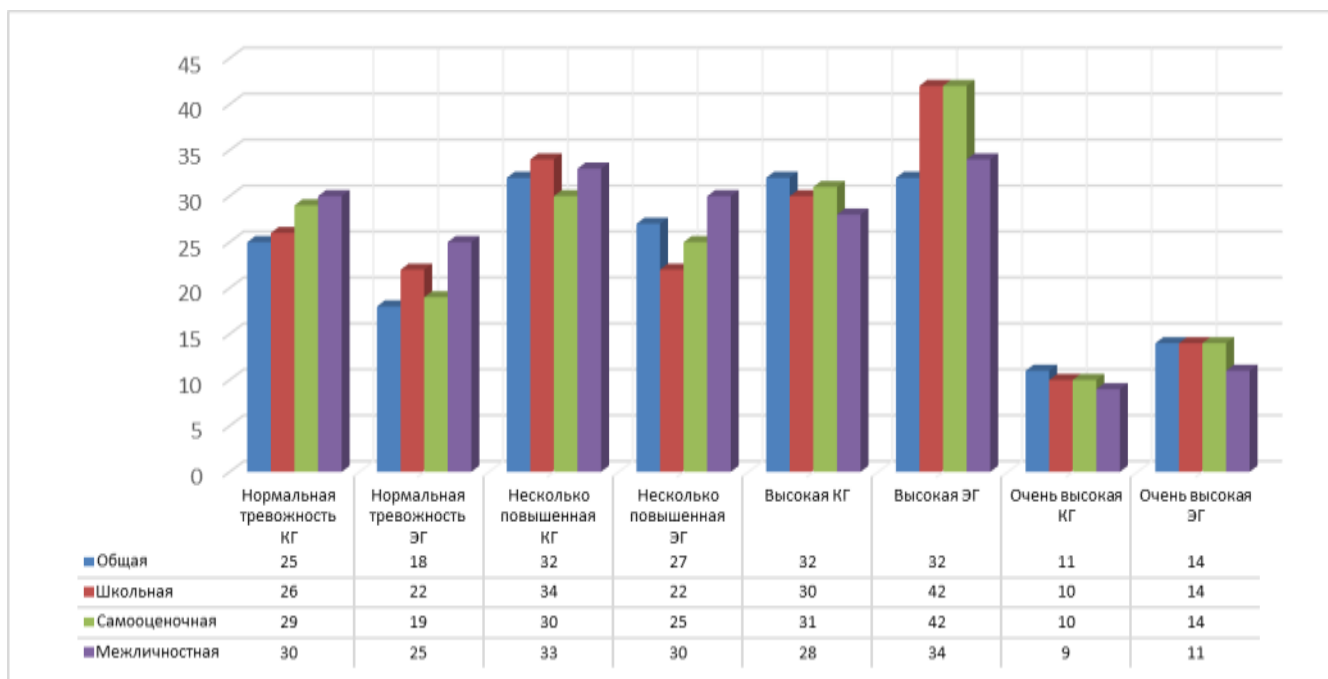


Рисунок 2 – Диаграмма с результатами опросника «Шкала тревожности»

(Е. И. Рогов, 1996)

Первая группа (контрольная) показала следующие результаты по шкале общая тревожность: нормальная тревожность у 25% учеников, несколько повышенная тревожность у 32% учеников, высокая тревожность у 32% учеников и очень высокая тревожность была выявлена у 11% старшеклассников. По шкале школьная тревожность: нормальная тревожность у 26% учеников, несколько повышенная тревожность у 34% учеников, высокая тревожность у 30% учеников и очень высокая тревожность выявлена у 10% старшеклассников. По шкале самооценочной тревожности: нормальная тревожность у 29% учеников, несколько повышенная тревожность у 30% учеников, высокая тревожность у 31% учеников и очень высокая тревожность выявлена у 10% старшеклассников. Межличностная шкала показала следующие результаты: нормальная тревожность у 30% учеников, несколько повышенная тревожность у 33% учеников, высокая тревожность у 28% учеников и очень высокая тревожность выявлена у 9% старшеклассников.

Во второй группе (экспериментальной) результаты в шкале общая тревожность: нормальная тревожность у 18% учеников, несколько повышенная тревожность у 27% учеников, высокая тревожность у 41% учеников и очень высокая тревожность выявлена у 14% старшеклассников. По шкале школьная тревожность: нормальная тревожность у 22% учеников, несколько повышенная тревожность у 22% учеников, высокая тревожность у 42% учеников и очень высокая тревожность выявлена у 14% учеников. По шкале самооценочной тревожности: нормальная тревожность у 19% учеников, несколько повышенная тревожность у 25% учеников, высокая тревожность у 42% учеников и очень высокая тревожность выявлена у 14% учеников. Межличностная шкала показала следующие результаты: нормальная тревожность у 25% учеников, несколько повышенная тревожность у 30% учеников, высокая тревожность у 34% учеников и очень высокая тревожность выявлена у 11% старшеклассников.

Результаты проведенной методики Ч.Д. Спилбергера-Ю.Л. Ханина показаны на рисунке 3.

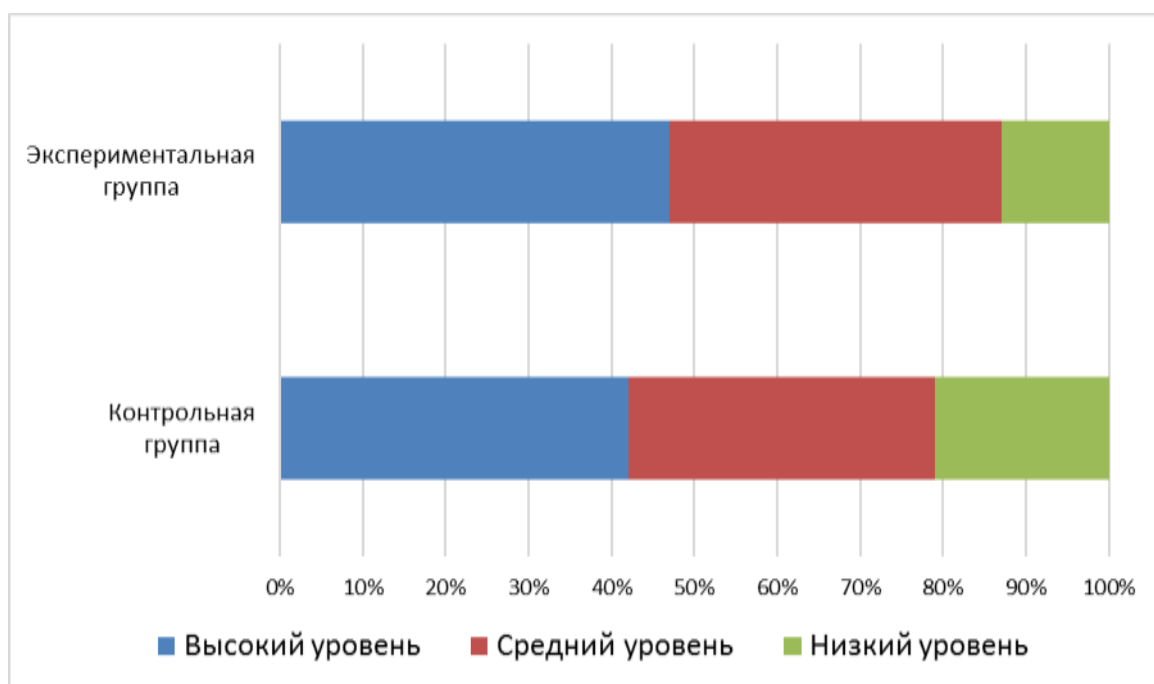


Рисунок 3 – Диаграмма с результатами исследования «Шкала самооценки уровня тревожности» Ч.Д. Спилбергера - Ю.Л. Ханина (шкала реактивной тревожности)

В первой группе (контрольной) высокий уровень тревожности составил 42% от общего количества группы. 37% первой группы показали средний уровень школьной тревожности и у оставшихся 21% - низкий уровень школьной

тревожности. Во второй группе (экспериментальной) был выявлен высокий уровень тревожности у 47% учеников, средний уровень школьной тревожности был у 40% опрошенных и низкий уровень школьной тревожности показали 13% второй группы.

После проведения всех трех методик была разработана коррекционная программа «Познай себя». После проведения всех занятий была проведена повторная диагностика для выявления эффективности данной программы. Ниже изложены результаты повторных диагностик.

Таблица 1 – Разница результатов теста по методике «Тест школьной тревожности Филлипса» до и после проведения программы

	Разница результатов до и после проведения программы КГ	Разница результатов до и после проведения программы ЭГ
Высокий уровень тревожности	-5%	-13%
Средний уровень тревожности	+5%	+13%
Низкий уровень тревожности	0%	0%

В первой группе (контрольной) высокий уровень тревожности снизился на 5% и составил 42% от общего количества группы. 37% первой группы показали средний уровень школьной тревожности, на 5% больше предыдущего показателя и у оставшихся 21% - низкий уровень школьной тревожности, без изменений. 5% тестируемых, перешедших от высокого уровня тревожности к среднему уровню – незначительная разница, на которую могли повлиять индивидуальные психологические и физические состояния учеников.

Во второй группе (экспериментальной) был выявлен высокий уровень тревожности у 40% учеников, на 13% меньше в сравнении с результатами прошлого тестирования. Средний уровень школьной тревожности увеличился на 13%, его показали 40% учеников, и низкий уровень школьной тревожности среди 20% второй группы остался без изменений. Пусть количество учеников с низким уровнем тревожности не менялось, но, как и в первой группе, по составу участников эта подгруппа претерпела некоторые изменения. 13% тестируе-

мых, перешедших с высокого уровня тревожности на средний уровень нельзя считать высоким показателем, так как из 15 участников экспериментальной группы это 2 человека.

Таблица 2 – Разница результатов теста по методике Шкалы тревожности до и после проведения программы

Уровень тревожности	Шкала тревожности							
	Общая		Школьная		Самооценочная		Межличностная	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Нормальная тревожность	+4%	+7%	+2%	+9%	-3%	+11%	0%	+2%
Несколько повышенная	+5%	+9%	-1%	+8%	+4%	+3%	0%	+12%
Высокая	-10%	-11%	+2%	-15%	-1%	-13%	0%	-10%
Очень высокая	+1%	-5%	-3%	-2%	0%	-1%	0%	-4%

Первая группа (контрольная) показала следующие результаты по шкале общая тревожность: заметно снизилось количество учеников с высоким уровнем тревожности (на 10%). По шкале школьная тревожность изменения были незначительны. По шкале самооценочной тревожности тоже не было серьезных изменений. Показатели по шкале межличностных тревожностей не изменились.

Во второй группе (экспериментальной) результаты в шкале общая тревожность наблюдался прирост нормального и несколько повышенного уровня тревожности на 7% и 9% соответственно, как следствие, снижение количества учеников с высоким уровнем тревожности на 11%. По шкале школьная тревожность выявлено снижение количества учеников с высоким уровнем тревожности на 15%. По шкале самооценочной тревожности можно заметить увеличение количества учеников с нормальным уровнем тревожности на 11% за счет снижения количества старшеклассников с высоким уровнем тревожности на 13%. Межличностная шкала показала увеличение количества учеников с несколько повышенным уровнем тревожности на 12% и соразмерное уменьшение количества старшеклассников с высоким и очень высоким уровнем тревожности.

Таблица 3 – Разница результатов теста по методике «Шкала самооценки уровня тревожности» Ч.Д. Спилбергера до и после проведения программы

	Разница результатов до и после проведения программы КГ	Разница результатов до и после проведения программы ЭГ
Высокий уровень тревожности	-5%	-20
Средний уровень тревожности	+5%	+20
Низкий уровень тревожности	0%	0%

В первой группе (контрольной) были незначительные изменения уровней тревожности. Во второй группе наблюдался прирост количества детей со средним уровнем тревожности за счет снижения количества старшеклассников с высоким уровнем тревожности на 20% (3 человека). Причиной этого можно считать индивидуальные изменения психофизических состояний за время проведения исследования.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Школьная тревожность старшеклассников остается актуальной проблемой, влияющей на их эмоциональное состояние, успеваемость и общее качество жизни. В ходе исследовательской работы была поставлена цель, выявлена проблема, построен путь ее решения.

Рассмотрев данную тематику, становится очевидно, что учащиеся испытывают высокую степень тревожности из-за различных факторов, включая давление в связи с экзаменами, социальные взаимодействия, личные переживания. Поэтому необходимо своевременно выявлять школьную тревожность и проводить коррекционные работы с учениками.

В результате проведенного исследования школьной тревожности среди старшеклассников в Центре Образования «Родник знаний» установлено, что уровень тревожности у учащихся варьируется в зависимости от индивидуальных факторов.

Эмпирические методы, такие как анкеты, опросы и наблюдение, позволили получить данные о текущем состоянии тревожности среди 34 учащихся 9-11 классов, что послужило основой для дальнейшей разработки и апробации эффективных психолого-педагогических подходов.

Таким образом бакалаврское исследование полностью соответствует поставленным задачам и подтвердило гипотезу о том, что программа психолого-педагогического сопровождения старшеклассников может способствовать снижению уровня их тревожности.