

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

Кафедра общей и консультативной психологии

наименование кафедры

**«Динамика уровня тревожности и социометрического статуса  
подростков в условиях группового консультирования»**

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
МАГИСТРА**

студента (ки) 3 курса 301 группы

направления  
(специальности)

37.04.01 «Психология»

код и наименование направления (специальности)

факультета психологии

наименование факультета, института, колледжа

Ковалёва Зоя Николаевна

фамилия, имя, отчество

Научный руководитель  
(руководитель)  
профессор, д.псих.н., профессор

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Г.В. Грачёв

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой  
зав.кафедрой, д.псих.н., доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

С.В. Фролова

инициалы, фамилия

Саратов 2022

Во введении к данной работе определена актуальность, объект, предмет, степень научной разработанности темы, теоретическая основа исследования, практическая значимость, а также гипотезы исследования.

***Актуальность выбранной темы исследования.*** Проблема тревожности в подростковом возрасте знакома многим педагогам–психологам. Тревожность подростков негативным образом влияет на процесс обучения, воспитания, а кроме того, может стать основой возникновения расстройств и отклонений.

Формированию тревожности способствуют различные факторы: необходимость проверки знаний в рамках реализации образовательного процесса, конфликтные отношения с родителями, ровесниками и пр. В качестве наиболее часто распространенной причины подростковой тревожности выступает положение подростка в коллективе ровесников или социометрический статус. Корректировка социометрического статуса способствует снижению уровня тревожности, формированию благоприятного психологического климата в школьном коллективе.

Проведя оценку тревожности, психолог может определить наличие проблем психологической защищенности школьника, определить причины и провести необходимую работу по коррекции. От своевременности такой оценки и работы по коррекции во многом зависит успешность работы психолога по минимизации тревожности. Проведение группового консультирования с подростками способствует снижению тревожности и повышению социометрического статуса. Реализация своевременной работы по коррекции навыков общения подростков позволяет формировать благоприятные отношения в школьном коллективе, что способствует повышению уровня психологической безопасности личности школьника, повышению успеваемости и т.д.

***Степень разработанности проблемы:*** изучению различных аспектов психологической безопасности и защищенности личности посвящены труды многих авторов, в том числе: И.А. Баемой, Н.Д. Волковой, Г.В. Грачева,

Т.С. Кабаченко, И.И. Колесниковой, Т.В. Эксакусто и др.

Вопросы тревожности рассмотрены в работах: Е.В. Барышниковой, З.А. Насуровой, Н.М. Ноговицыной, Н.Н. Чупраковой и др.

Взаимосвязь социометрического статуса и уровня тревожности рассмотрена в работах следующих авторов: Е.Н. Кузнецовой, Е.П. Красиловой, Е.И. Лебедевой, Е.А. Подольской, О.А. Щербининой и др.

Проблемы тревожности подростков рассмотрены в работах зарубежных авторов: D. M. Carbonell, S. Doering, R.E. Tremblay, M.A. Zdebik и др.

**Цель исследования:** изучение условий, способствующих снижению тревожности и повышению социометрического статуса личности в процессе группового консультирования.

Для достижения цели исследования были поставлены следующие **задачи:**

1. Провести теоретическое исследование проблемы тревожности личности;

2. Проанализировать влияние социометрического статуса на формирование тревожности;

3. Охарактеризовать тревожность в структуре психологической защищенности личности;

4. Провести исследование уровня тревожности и социометрического статуса школьников;

6. Проанализировать результаты формирующего этапа эксперимента;

7. Подвести итоги результатов исследования и сформулировать рекомендации по снижению уровня тревожности школьников.

**Объект исследования:** тревожность и социометрический статус школьников.

**Предмет исследования:** структура условия, обеспечивающие снижение тревожности школьников.

Проблема тревожности в подростковом возрасте является одной из ведущих в современной психологии, т.к. особенно важным является

сохранение психологической защищенности личности детей и подростков. Значительное количество как внутренних, так и внешних угроз негативным образом сказывается на состоянии психологической защищенности. Дети и подростки являются более уязвимыми к влиянию неблагоприятных факторов окружающей среды, воздействию стрессов.

Формирование благоприятных условий для жизни и развития школьников безусловно является важным для обеспечения психологической безопасности, но не менее важным является обучение детей по самостоятельному преодолению трудных ситуаций, выходу из стресса. Часто школьникам недостаточно имеющихся коммуникативных навыков, они сомневаются в себе, не в свою пользу сравнивают себя с окружающими, все это провоцирует повышение тревожности школьников. Благоприятные отношения в школьном коллективе играют особо значимую роль для снижения уровня тревожности ребенка и формирования психологической защищенности личности ученика.

Дети подросткового возраста наиболее подвержены влиянию извне, для них важна оценка себя ровесниками, принятие и поддержка. Наличие неблагоприятных отношений в школьном коллективе часто становится причиной личной трагедии подростка, воспринимается им крайне остро, способствует различным негативным последствиям.

В качестве базы исследования выступила школа, МБОУ «СОШ №10» г. Нефтеюганска. Исследование проводилось в 11 «А» (экспериментальная группа) и в 11 «Б» (контрольная группа) классах. В исследовании участвовали по 15 человек из каждого класса. Исследование проводилось в три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный, длительность периода исследования составила около 2 месяцев, включая проведение занятий по коррективке коммуникативных навыков – 1 мес.

1. Констатирующий этап. На первом этапе была проведена первичная диагностика двух групп школьников посредством социометрии, а также проведена оценка тревожности тестом школьной тревожности

Филлипса.

2. **Формирующий этап эксперимента.** На данном этапе была организована работа по развитию коммуникативных навыков у детей с экспериментальной группы, в том числе детей, которые имеют повышенный и высокий уровень тревожности, вызванной проблемами с общением со сверстниками.

Целями формирующего этапа эксперимента стали:

- снижение уровня тревожности школьников;
- корректировка социометрического статуса «пренебрегаемых», «непринимаемых» и «отвергаемых» школьников экспериментальной группы.

3. **Контрольный этап.** В рамках контрольного этапа была проведена повторная диагностика посредством социометрии, теста школьной тревожности Филлипса, сравнение результатов контрольной и экспериментальной групп на констатирующем и контрольном этапах эксперимента.

Констатирующий этап эксперимента. Для проведения эксперимента все школьники были разделены на две группы экспериментальную и контрольную.

В целях определения уровня тревожности, была проведена оценка с применением методики: тест школьной тревожности Филлипса.

**Теоретические методы исследования,** использованные в работе: изучение и анализ литературы; обобщение.

В качестве инструментария при реализации эмпирического исследования был применен тест школьной тревожности Филлипса, а также оценка социометрического статуса школьников по методу «Социометрия» Дж. Морено.

**Научная новизна** исследования выпускной квалификационной работы (магистерской диссертации) определена проведенным исследованием тревожности школьников, социометрического статуса, оценкой взаимосвязи между данными показателями. Полученные результаты исследования могут

быть использованы в практической деятельности психолога.

**Практическая значимость исследования** состоит в проведенном исследовании, оценке социометрического статуса, тревожности школьников, проведенной коррекционной работе, которая позволила повысить социометрический статус школьников и как следствие снизить уровень тревожности. Методики исследования и полученные результаты могут быть использованы для повышения социометрического статуса и снижения уровня тревожности школьников.

Структура работы выпускной квалификационной работы (магистерской диссертации): определена целью и задачами исследования и состоит из введения, основной части, включающей две главы, заключения, списка использованных источников и приложений. Объем магистерской диссертации составляет 81 лист.

Высокий уровень тревожности и неблагоприятный социометрический статус школьника создают среду, в которой психологическая безопасность ребенка находится под угрозой. Психологическая безопасность личности ребенка представляет собой состояние, когда адекватно отражаются внутренние и внешние угрозы психологическому здоровью ребенка при обеспечении успешного психического развития.

Социальная среда играет значимую роль в развитии чувства защищенности личности, особенно это актуально в подростковом коллективе, когда школьники все чаще сталкиваются с различными негативными ситуациями. Уровень тревожности школьников характеризует их эмоциональное состояние, которое может быть результатом неблагоприятных социальных отношений.

Столкнувшись с эмоциональным вакуумом, дети чувствуют себя крайне уязвимыми. У них появляются страхи при общении с другими людьми. Поскольку они не чувствуют себя в безопасности, то постоянно держат оборону.

Большую часть своего времени дети школьного возраста проводят в

школе, что определяет важность сохранения высокого уровня психологической безопасности образовательной среды.

Снижение уровня тревожности способствует формированию психологической защищенности личности школьника. Выявление «отвергаемых» и «непринимаемых» детей посредством проведения социометрии, а также последующая работа с ними в рамках группового консультирования способствуют снижению тревожности и формированию состояния психологической защищенности школьников, в том числе и посредством развития навыков общения.

На констатирующем этапе эксперимента с обеими группами была проведена оценка тревожности с помощью Теста школьной тревожности Филлипса. Было выявлено, что повышенный уровень тревожности наблюдается у 13 % контрольной и экспериментальной групп школьников, высокий уровень тревожности 40 % школьников экспериментальной группы и 27 % школьников контрольной группы соответственно.

Так, проведенная оценка показала, что как в экспериментальной, так и в контрольной группах есть школьники с неблагоприятным социометрическим статусом, эти же школьники обладают повышенным и высоким уровнем тревожности. Сказанное позволяет судить о наличии взаимосвязи между уровнем тревожности и социометрическим статусом школьника, ведь благоприятные отношения в школьном коллективе позитивно влияют на состояние психологической защищенности личности ребенка.

Исходя из результатов Теста школьной тревожности Филлипса, было выявлено, что наиболее тревожными факторами для учащихся являются: переживание социального стресса, страх не соответствовать ожиданиям окружающих.

В целях проверки влияния социометрических связей на уровень тревожности со школьниками экспериментальной и контрольной групп было социометрическое исследование по методу Дж. Морено, по результатам

которого было выявлено, что те же школьники, которые обладали высоким и повышенным уровнем тревожности имеют неблагоприятный социометрический статус.

Так, в экспериментальной группе 20% «пренебрегаемых» и 13,33 % «непринимаемых» и трое (20 %) «отвергаемых» детей, что значит, что более половины детей экспериментальной группы нуждаются в помощи в целях повышения социометрического статуса.

В контрольной группе: 20 % - «пренебрегаемые», 6,67 % детей в категории «непринимаемые» и 13,33 % детей или два школьника относятся к категории «отвергаемые», то есть в контрольной группе социометрический статус 40 % школьников относится к неблагоприятным категориям и требует последующей коррекционной работы.

На формирующем этапе эксперимента была проведена коррекционная работа со школьниками с низким социометрическим статусом и высоким и повышенным уровнями тревожности. Коррекционная работа была направлена на улучшение коммуникативных навыков школьников посредством группового консультирования. Формирующий этап эксперимента длился в течение одного месяца.

По окончании формирующего этапа на контрольном этапе была проведена повторная оценка тревожности и социометрического статуса всех школьников контрольной и экспериментальной групп. По итогам оценки на контрольном этапе выявлено, что в экспериментальной группе выросла доля детей с низким уровнем тревожности с 47 % до 87%, доля детей с повышенным уровнем тревожности снизилась с 13 % до 7 %, значительно снизилась доля детей с высоким уровнем тревожности с 40 % до 7%. В контрольной группе изменений уровня тревожности школьников не наблюдается.

Оценка социометрического статуса на контрольном этапе показала повышение социометрического статуса школьников, с которыми проводилась коррекция на формирующем этапе эксперимента. В



контрольной группе изменения социометрических выборов могут быть признаны несущественными.

В целях оценки взаимозависимости уровня тревожности были рассчитаны коэффициенты корреляции Спирмена для уровня тревожности и социометрического статуса двух групп школьников. Между социометрическим статусом школьников и уровнем тревожности существует очень сильная обратная связь в обеих группах как на констатирующем, так и на контрольном этапах эксперимента.

Важно отметить, что наличие сильной обратной взаимозависимости свидетельствует о том, что чем выше социометрический статус школьника, тем ниже его уровень тревожности. Причем для экспериментальной группы уровень обратной взаимозависимости от констатирующего этапа к контрольному увеличился.

По итогам проведенного исследования также были предложены рекомендации для родителей школьников в целях снижения тревожности и повышения уровня их психологической защищенности и снижения уровня тревожности. В подростковом возрасте для состояния психологического комфорта безусловно важно одобрение ровесников, взаимоотношения в школьном коллективе. В тоже время воздействие семейного воспитания играет немаловажную роль и требует внимания со стороны родителей.

Таким образом гипотеза исследования была подтверждена, в частности, снижению тревожности подростков в значительной степени способствует корректировка социометрического статуса посредством группового консультирования, направленного на формирование коммуникативных навыков.

По итогам проведенного в работе исследования были получены следующие результаты:

- выявлена взаимозависимость между социометрическим статусом школьников и уровнем тревожности;
- выявлено, что корректировка коммуникативных посредством

группового консультирования способствует повышению социометрического статуса школьников и снижению уровня тревожности;

– выявлена целесообразность проведения работы по корректировке коммуникативных навыков детей с неблагоприятными социометрическими статусами в целях улучшения социометрического статуса;

– предложены рекомендации для родителей в целях снижения уровня тревожности школьников.

Таким образом, социальные связи играют важную роль в формировании психологической защищенности личности. Наличие неблагоприятного социометрического статуса подростка тесно взаимосвязано с уровнем тревожности, что было доказано в процессе проведенного в работе исследования.

Недостаточность коммуникативных навыков влияет на социометрический статус школьника в коллективе, корректировка навыков общения способствует повышению социометрического статуса. Проведенные в процессе исследования групповые занятия по корректировке коммуникативных навыков способствовали улучшению данных навыков, что привело к положительным изменениям социометрического статуса школьников и как следствие снижению уровня тревожности.

Отдельные результаты исследования опубликованы посредством участия в II Международной научно-практической конференции «Психология интегральной индивидуальности в информационном обществе» со статьей на тему «Информационная безопасность личности» под руководством соавтора: к.псих. н., профессора СГУ им. Чернышевского Т В. Белых.