

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

Кафедра психологии личности  
наименование кафедры

**Влияние тревожности на успеваемость младших школьников**  
наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
БАКАЛАВРА

студента (ки) 5 курса 511 группы

направления  
(специальности) 37.03.01 «Психология»  
код и наименование направления (специальности)

факультета психологии  
наименование факультета, института, колледжа

Чепеленко Дарьи Дмитриевны  
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель  
(руководитель)

профессор  
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Грачёв Г.В.  
инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

доцент  
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Рягузова Е.В.  
инициалы, фамилия

## Введение

В настоящее время увеличилось тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью.

Образование и повышение тревожности обусловлены неудовлетворенностью возрастных потребностей детей. В подростковом возрасте - время, когда тревожность становится устойчивой чертой человека. Это зависит от специфических особенностей личности и отношением к себе.

Повышение и укрепление тревожности происходит благодаря механизму «замкнутого психологического круга», который приводит к накоплению негативного эмоционального опыта, вызывающий в первую очередь негативную прогностическую оценку и, в значительной степени определяя модальность своевременного переживания, служит повышение и укрепление тревоги.

Тревожность обладает выраженной возрастной спецификой, проявляемой в ее источниках, содержании, защите и формах компенсаций. В каждой возрастной группе есть определенная область, объекты действительности, повышающая тревожность большинства детей независимо от того, есть ли тревога как реальная угроза или устойчивое образование. Эти возрастные пики тревожности являются результатом наиболее важной социогенной потребностью.

Актуальность исследований тревожности заключается в том, что тревожность не только нарушает учебные процессы, но начинает разрушать структуры личности. Таким образом, своевременное осуществление коррекционной программы способствует снизить уровень тревоги у детей и формировать адекватное поведение.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить влияние тревожности младших школьников на их успеваемость.

Объект исследования: тревожность младших школьников.

Предмет исследования: взаимосвязь тревожности детей младшего возраста и их успеваемости.

Гипотеза исследования: уровень успеваемости младших школьников изменится, если снизить тревожность детей.

Задачи исследования:

1. Проанализировать состояние проблемы в психолого-педагогической литературе.
2. Выявить причины тревожности младших школьников.
3. Обосновать особенности взаимосвязи тревожности младших школьников и их успеваемости.
4. Организовать исследование уровня тревожности младших школьников и их успеваемости.
5. Проанализировать результаты исследования тревожности и успеваемости младших школьников.
6. Экспериментально провести психолого-педагогическую коррекцию тревожности младших школьников.
7. Проанализировать результаты экспериментального исследования тревожности и ее влияния на успеваемость младших школьников.

Методы исследования:

- теоретические: обобщение, анализ литературы;
- эмпирические: констатирующий эксперимент, преобразующий, включающий коррекционные воздействия, контрольный эксперимент;
- аналитические: анализ успеваемости учащихся;
- тестирование по методикам: «Детский вариант шкалы явной тревожности» А.М. Прихожан, «Методика диагностики уровня школьной тревожности» Филиппа, проективная методика «Несуществующее животное»;
- статистические - критерий Манна-Уитни, угловое преобразование Фишера.

## **1 Тревожность младших школьников как психолого-педагогическая проблема**

Таким образом, на основании проделанной работы можно сделать следующие выводы.

Тревожность охватывает все сферы психики ребенка: (эмоциональную, коммуникативную, морально-волевою и когнитивную). Тревожные дети испытывают трудности в общении, не проявляют спонтанности, демонстрируют явные признаки дезадаптации и не проявляют интереса к обучению. Для них характерны тревога, страх, механизмы псевдокомпенсации, минимальная самоактуализация.

Уровень тревожности свидетельствует о внутреннем отношении ребенка к определенным ситуациям и дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми дома и в школе.

Тревожность, как личностная черта, существенно сказывается на поведении субъекта. Существует определенный уровень тревожности, естественная и обязательная черта активной деятельности человека. Каждый человек обладает оптимальным или желательным уровнем тревоги. Это так называемое полезное беспокойство, целью которого является обеспечение безопасности субъекта на личностном уровне. Уровень тревожности свидетельствует, как ребенок внутренне относится к конкретным ситуациям, а также к характеру взаимоотношений сверстников, взрослых дома и школах.

Успеваемость - является сложным и многогранным явлением школьной действительности, требующие различных подходов при ее изучении.

В основе школьной неуспеваемости всегда лежат комплекс причин.

Например, неправильные методы обучения, недостаток позитивного контакта с преподавателями, страх стать лучше других учеников, высокий

уровень одаренности в определенных областях, отсутствие мыслительных процессов и т.д.

На школьную успеваемость влияют множество психологических и педагогических факторов, один из которых - тревога. Она понимается как психическое состояние повышения тревожности, эмоциональное напряжение в ситуации, в которой возможна опасность.

## **2 Эмпирическое исследование уровня тревожности младших школьников**

На первом этапе исследования были выбраны методики, необходимые для определения критериев самосознания личности и межличностных характеристик «Детский вариант шкалы явной тревожности» А.М. Прихожан, «Методика диагностики уровня школьной тревожности» Филиппса, проективная методика «Несуществующее животное».

На втором этапе исследования были проведены исследования по выбранным методикам учащихся указанных групп - констатирующий эксперимент.

На третьем этапе исследования проводилась обработка результатов исследования и количественная оценка данных.

Для подтверждения гипотезы результаты контрольной диагностики должны были показать, что у ребят экспериментальной группы уровень ситуативной тревожности был значительно ниже, чем у школьников контрольной группы, не получавших программу модификации. Для анализа результатов используется U-тест Манна-Уитни. Этот тест предназначен для оценки различий между двумя выборками в отношении уровня какого-либо количественно измеряемого признака

На четвертом этапе была создана программа педагогической коррекции тревожности у младшего школьного возраста.

На пятом этапе была реализована разработанная программа коррекции эксперимент развития.

На шестом этапе проводилось повторное изучение методов, выбранных указанными группами учащихся - контролируемый эксперимент.

На седьмом этапе был проведен качественный анализ и математическая обработка полученной информации.

Для проведения психолого-педагогической коррекции ситуативной тревожности младших школьников были разработаны и проведены следующие виды занятий: набор игр, направленных на снижение уровня тревожности у детей, выработка у ребенка уверенности в своих силах и повышение навыков самоконтроля и психогимнастика.

Занятие 1. «Игра в рисование».

Цели занятия: Познакомиться с детьми и снизить уровень тревожности участников занятия.

Занятие 2. «Разрывание бумаги».

Цель занятия. Снижение напряжения, возможность выразить эмоции и снизить состояние тревоги у детей.

Занятие 3. «Игра с секундомером».

Цель занятия. Овладение навыками самоконтроля.

Занятие 4. «Представь, что ты это можешь».

Цель занятия. Выработка у ребенка уверенности в своих силах.

Занятие 5. «Игра с глиной (тестом, пластилином)».

Цель занятия. Снизить уровень тревожности, ослабить и снять эмоциональное и физическое напряжение

Занятие 6. «Волшебный ковер».

Цель занятия. Снятие у ребенка напряжения, скованности и на снижение уровня тревожности.

Занятие 7. «Спрятанные проблемы».

Цель занятия. Проявить чувства ребенка, снизить уровень тревожности.

Формирующий эксперимент включал в себя психолого-педагогические мероприятия по устранению тревожности младших школьников и исследованию влияния занятий на уровень их успеваемости.

Результаты показали, что основными компонентами тревожности учащихся в данной выборке были межличностные факторы и факторы самооценки. Явная тревожность и школьная тревожность менее выражены.

Для психолого-педагогической коррекции тревожности детей в третьем классе начальной школы применялось занятие психологической гимнастикой, состоящее из трех этапов:

1. Снятие напряжения.
2. Пантомимика.
3. Заключительная.

Психогимнастика учит детей справляться с жизненными трудностями. Детям следует понимать, что мысли, чувства и действия связаны друг с другом и что проблемы эмоционального характера вызваны не просто ситуациями, а ложными восприятиями. На занятиях по психогимнастике дети изучают азбуку выражения эмоций, используя выразительные движения.

Результаты анализа изменений в успеваемости учащихся после прохождения курса психологической гимнастики, вновь протестированной с помощью методики «Детский вариант шкалы явной тревожности» А.М. Прихожан; «Методике диагностики уровня школьной тревожности» Филиппса; проективной методике «Несуществующее животное» и проведен анализ изменений успеваемости учащихся.

Для подтверждения гипотезы результаты контрольной диагностики должны показать, что у учащихся экспериментальной группы уровень тревожности был значительно ниже, чем у учащихся контрольной группы, не получавших коррекционную программу.

Для проверки гипотезы мы воспользовались критерием  $\phi^*$ -угловым преобразованием Фишера, с помощью которого наша гипотеза подтверждается.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Исследование, направленное на изучение взаимодействия уровня успеваемости от тревожности младших школьников, позволило сделать следующие выводы.

Анализ проблемной ситуации в психолого-педагогической литературе показал, что повышенная тревожность затрагивает все сферы психики ребенка (чувства/эмоции, общение, мораль/воля и познание). Дети с повышенной тревожностью подвержены риску развития неврозов, аддиктивного поведения и эмоциональных расстройств личности. Тревожность как личностная черта существенно влияет на поведение субъекта.

Таким образом, причины тревожности у детей младшего школьного возраста в основном проявляются в общении. Тревожные дети испытывают трудности в общении, проявляют мало инициативы, невротичны в своем поведении, имеют явные признаки дезадаптации и сниженный интерес к учебе. Характерны тревога, страх, наличие псевдокомпенсационных механизмов и минимальная самореализация. Было установлено, что повышенная тревожность влияет на все сферы психики ребенка (чувства/эмоции, общение, мораль/воля и познание).

Основными целями психолого-педагогической коррекции являются преодоление коммуникативных барьеров, углубление понимания себя и других, снятие психического напряжения и создание возможностей для самовыражения.

При работе с детьми не столь важно, какой метод выбирает психолог для проведения коррекционной работы, так как все методы игровой терапии



эффективны. Важно, чтобы эта работа проводилась на достаточно высоком профессиональном уровне.

Для проведения психолого-педагогической коррекции ситуативной тревожности младших школьников были разработаны и проведены следующие виды занятий: набор игр, направленных на снижение уровня тревожности у детей, выработка у ребенка уверенности в своих силах и повышение навыков самоконтроля и психогимнастика.

Каждое занятие в программе коррекционного воздействия включало в себя либо одну игру, либо комбинацию нескольких игр на усмотрение психолога.

Для подтверждения гипотезы результаты контрольной диагностики показывают, что у учащихся экспериментальной группы уровень тревожности был значительно ниже, чем у учащихся контрольной группы, не получавших коррекционную программу. Это свидетельствует об эффективности разработанной программы коррекции тревожности младших школьников.

Для проверки гипотезы мы воспользовались критерием  $\phi^*$ -угловым преобразованием Фишера, с помощью которого наша гипотеза подтверждается, что психологическая коррекция стресса изменит успеваемость младшего школьного возраста.

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ**

- 1 Гормоза, Т.В. Динамика тревожности в младшем школьном возрасте / Т.В. Гормоза. - Мн.: Наука, 2000. - 264 с.
- 2 Левченко, И.Ю. Теоретико-методологические основы психолого-педагогической диагностики нарушений развития у детей / И.Ю. Левченко, С.Д. Забрамная. — М.: Академия, 2003. — С. 20-54
- 3 Микляева, А.В. Диагностика школьной тревожности: комплексный характер работы по профилактике и коррекции школьной тревожности, учитывающий возраст учащегося / А.В. Микляева, П.В. Румянцева // Педагогическая диагностика. - 2006. - № 1. - С. 32-53.
- 4 Овчарова, Р.В. Практическая психология в начальной школе / Р.В. Овчарова. - М.: ТЦ «Сфера», 1996.- 240 с.
- 5 Прихожан, А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности / А.М. Прихожан // Психологическая наука и образование. -1998. - №2. - С. 11-17.
- 6 Снайдер, М. Ребенок как личность: становление культуры справедливости и воспитание совести / М. Снайдер. - М.: Смысл; СПб.: Гармония, 1994. - 237с.