

Мукачівський державний університет

Гуманітарний факультет

Кафедра психології

## **Дипломна робота**

ОС «Бакалавр»

на тему: Психологічні умови подолання особистісної тривожності у дітей  
молодшого шкільного віку

Виконала: студентка 5 курсу,  
групи ПП-51, напряму підготовки  
6.030103 Практична психологія

Ремез Ю.О.

Керівник: Щербан Т.Д.

Рецензент: Гошовська Д.Т.

Мукачево-2020 року

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ШКІЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	
1.1. Методологічні і теоретичні проблеми дослідження тривожності особистості.....	6
1.2 Психологічні особливості тривожності дітей молодшого шкільного віку та причини її виникнення.....	11
1.3. Розгляд феномена тривожності в різних наукових підходах .....	17
1.4. Характеристика проблеми шкільної тривожності.....	26
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	
2.1. Характеристика процедури дослідження.....	33
2.2. Інтерпретація результатів дослідження тривожності молодших школярів.....	37
ВИСНОВКИ.....	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	51

## ВСТУП

Актуальність дослідження. Всебічний розвиток і виховання підростаючого покоління - не лише завдання, а й обов'язкова умова побудови нового гуманно-демократичного суспільства, що стосується основних проблем, пов'язаних з розбудовою державності України. Вирішення цього загального завдання реалізується через формування духовно та фізично здорової людини. У зв'язку з цим в психолого-педагогічній науці і практиці особливу актуальність мають прикладні експериментальні дослідження, спрямовані на подолання негативних явищ, які супроводжують розвиток особистості. В умовах нестабільного сьогодення з його соціально-економічними негараздами, невпевненістю в завтрашньому дні, ростом насилля у суспільстві все частіше розвиток дитини супроводжується переживаннями негативної модальності і, перш за все, високою тривожністю, що дегармонізує становлення особистості.

У наш час збільшилася кількість тривожних дітей, які характеризуються підвищеним занепокоєнням, невпевненістю, емоційною нестійкістю. Виникнення й закріплення тривожності пов'язане з незадоволенням вікових потреб дитини. Проблема підвищеної тривожності дітей стає особливо актуальною в період вступу й адаптації дитини до школи. У молодших школярів з високою нереалістичною і низькою самооцінкою можуть спостерігатися психічні розлади, які спотворюють процес нормального психічного розвитку. Вони характеризуються підвищеною тривогою, занепокоєнням, невпевненістю, емоційною несталістю, тобто такими емоційними станами як тривога, страхи, фобії, депресії, що потребують психотерапевтичного впливу.

Стан тривоги визначається як змінний психічний стан, який характеризується суб'єктивним відчуттям напруги, побоювання, підвищенням активності нервової системи (ситуативна тривожність). Тривога як риса (особистісна тривожність) – відносно стійка психічна структура з відповідними їй шаблонами поведінки, які виражаються в тенденції реагувати на ситуації, що

сприймаються як загрозливі, збільшенням стану тривоги. Тривожність є суб'єктивним проявом неблагополуччя особистості.

Тривога як стан вивчалася у вітчизняній та зарубіжній літературі, перш за все, у зв'язку з розвитком навичок саморегуляції у спортсменів (К.Еліксон, У.Морган, В.П.Некрасова, Ю.В.Пахомов, Н.В. Цзен). Тривогу як стан і як рису, яка виникає у процесі адаптації до середовища та виконання різних видів діяльності, вивчали Ю.А.Александровський, Ф.Д.Горбов, А.Б.Леонова, Н.Б.Пасинкова, Я.Рейковський, К.О.Сантросян, А.О.Тутундісян, Ю.Л.Ханін, Х.Хекхаузен. У деяких дослідженнях тривожність розглядається як реакція на соціальні впливи при певних індивідуальних психофізіологічних особливостях (М.Авенер, Г.Айзенк, Г.Г.Аракелов, Б.А.Вяткін, В.Р.Кисловська, М.Ландерс, Н.Є.Лисенко, Н.Д.Левітов, М.Махоні, В.С.Мерлін, Ч.Д.Спілбергер, Є.К.Шотт), а також як така, що може виникати при різних психосоматичних захворюваннях (В.М.Мясищев, Є.І.Соколов та ін.). Вплив самооцінки та рівня домагань на розвиток тривожності вивчали Л.В.Бороздіна, Е.А.Залученова, Н.І.Наєнко, А.М.Прихожан, О.Т.Соколова.

Таким чином, соціальна значущість проблеми, необхідність подальшого розширення теоретичних і експериментальних досліджень особливостей і факторів виникнення особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку та визначення і узагальнення психолого-педагогічних умов подолання тривожності учнів початкової школи і зумовили вибір теми нашого дослідження “Психологічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку”.

Об'єкт дослідження - особистісна тривожність особистості.

Предмет дослідження – визначення та наукове обґрунтування психологічних умов подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

Мета дослідження - виявити основні фактори виникнення та розвитку тривожності молодших школярів у процесі навчальної взаємодії.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз і систематизація літературних джерел з теми дослідження; емпіричні: психодіагностичні методи, а саме: з метою виявлення шкільної та особистісної тривожності методика «Вимірювання рівня тривожності Тейлора», «Оцінка рівня шкільної тривожності Філіпса».

Для досягнення поставленої мети були визначені наступні завдання:

1. Проаналізувати і систематизувати теоретичні джерела з розглянутої проблеми.
2. Виявити психологічні причини тривоги.
3. Розглянути феномен тривожності у різних наукових підходах.
4. Дослідити особливості прояву тривожності в дітей молодшого шкільного віку і встановити причини підвищеної тривожності.

Практичне значення роботи полягає в тому, що може бути використана практичними психологами як загальноосвітніх, так і спеціалізованих шкіл у взаємодії з вчителями-класоводами і батьками для подолання особистісної тривожності дітей молодшого шкільного віку.

База дослідження. Експеримент проводився на базі Мукачівської ЗОШ І-ІІІ ступеня №13 Закарпатської області. У дослідженні брали участь учні молодшого шкільного віку 1-3 класів. Загальна кількість обстежуваних становила 38 осіб. Вік дітей – 6-9 років. Серед 38 учнів - 17 хлопчиків і 21 дівчинка.

Прийнято участь у конференції МДУ. За результатами конференції опубліковано тези доповідей: Причини та чинники виникнення тривожності у дітей молодшого шкільного віку /Сучасні тенденції розвитку науки й освіти в умовах поглиблення євроінтеграційних процесів : збірник тез доповідей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції, 14-15 травня 2020 р., Мукачево / Ред.кол. : Т.Д.Щербан (гол.ред.) та ін. – Мукачево : Вид-во МДУ, 2020. – 462 с.

## ВИСНОВКИ

В умовах нестабільного сьогодення з його соціально-економічними негараздами, невпевненістю в завтрашньому дні, ростом насилля у суспільстві все частіше розвиток дитини супроводжується переживаннями негативної модальності і, перш за все, високою тривожністю, що дегармонізує становлення особистості.

Стан тривоги визначається як змінний психічний стан, який характеризується суб'єктивним відчуттям напруги, побоювання, підвищенням активності нервової системи.

Таким чином, аналіз психолого-педагогічної літератури засвідчив, що на сучасному етапі акцент у дослідженнях тривожності ставиться переважно на аналізі її як властивості особистості, яка виникає і розвивається в нестабільних умовах сьогодення. У багатьох роботах пропонується система вправ для її подолання. Разом з тим практично відсутні роботи, де були б чітко визначені психолого-педагогічні умови попередження виникнення та подолання особистісної тривожності і, зокрема, в початковий період навчання.

Тривожність - це "переживання емоційного дискомфорту, пов'язане з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям небезпеки". Розрізняють тривожність як емоційний стан і як чітку властивість, рису особистості або темпераменту.

Отже, тривожність у дитячому віці є стійким особистостям утворенням, що зберігається протягом достатньо довгого періоду часу. Вона має власну спонукальну силу й стійкі форми реалізації в поведінці з перевагою в останніх компенсаторних і захисних проявах. Як і будь-яке складне психологічне утворення, тривожність характеризується складною структурою, що включає, когнітивний, емоційний і операційний аспекти при домінуванні емоційного ... є похідною широкого кола сімейних порушень.

Таким чином, у розумінні природи тривожності в різних авторів можна простежити два підходи - розуміння тривожності як споконвічно властивій

людині властивість і розуміння тривожності як реакцій на ворожий людині зовнішній світ, тобто виведення тривожності із соціальних умов життя.

Психологічні причини тривоги можуть бути викликані внутрішнім конфліктом, пов'язаним із неправильним уявленням про власний образ «Я», неадекватним рівнем домагань, недостатнім обґрунтуванням мети, передчуттям об'єктивних труднощів, необхідністю вибору між різними образами дії. Як фізіологічні причини називають хвороби, дію на організм психофармакологічних препаратів. Головною причиною виникнення тривожності у дітей вважається неправильне виховання та несприятливі стосунки дитини з батьками, особливо з матір'ю, а в основі негативних форм поведінки лежать: емоційне переживання, неспокій, невпевненість за своє благополуччя, що може розглядатися як прояв тривожності.

Тривогу розглядають як вроджену реакцію на небезпеку, притаманну кожній особистості, з іншого боку - визначають рівень тривожності людини в залежність від міри інтенсивності обставин (стимулів), що викликають почуття тривоги, з якими стикається людина, взаємодіючи з навколишнім середовищем.

Таким чином, якщо розглядати тривогу або тривожність як стан, переживання, або як більш-менш стійку особливість особистості, то несуттєво, наскільки вона адекватна ситуації. Переживання обґрунтованої тривоги, очевидно, не відрізняється від необґрунтованого переживання. Суб'єктивно ж стани рівні. Але об'єктивно різниця дуже велика. Переживання тривоги в об'єктивно тривожній для суб'єкта ситуації - це нормальна, адекватна реакція, реакція, яка свідчить про нормальне адекватному сприйнятті світу, хорошою соціалізації і правильному формуванні особистості. Таке переживання не є показником тривожності суб'єкта. Переживання ж тривоги без достатніх підстав означає, що сприйняття світу є спотвореним, неадекватним. Адекватні відносини з миром порушуються. У цьому випадку мова йде про тривожність як особливому властивості людини, особливому виді неадекватності.

Результати дослідження показали, що рівень тривожності в молодших школярів спостерігається в різних аспектах: загальної тривожності, шкільної

тривожності, фрустрації потреби в досягненні успіху, страху невідповідності очікуванням оточуючих, низького фізіологічного протистояння стресу, проблем і страхів у стосунках з вчителем.

Отримані результати свідчать про загальну тенденцію росту значущості кожного з двох основних компонентів (форм прояву) особистісної тривожності від 1 до 3 класу. Перше місце у всіх трьох класах посідає міжособистісна тривожність, друге – шкільна. (Це засвідчили *t*-критерій Стьюдента, який вказує на статистичну значущість різниці середніх арифметичних величин та достовірність їх виміру, а також  $\alpha$  – рівень значущості показників розподілення ознак). У зв'язку з цим можна зробити висновок, що найзначущою системою, яка визначає емоційне самопочуття учня початкової школи і спричиняє виникнення в нього особистісної тривожності, є система міжособистісної взаємодії, що включає стосунки з учителем, однокласниками, батьками.

Шкільна тривожність пов'язана з процесом навчальної взаємодії, який об'єднує вищеназану систему стосунків. Виявлення умов подолання особистісної тривожності вимагало визначення основних факторів, які зумовлюють її розвиток і закріплення у дітей молодшого шкільного віку при їх міжособистісній взаємодії в процесі навчальної діяльності.

Встановлено зв'язок між тривожністю і незадоволеністю статусним місцем у групі однолітків. За результатами аналізу нашого дослідження, частіше за все у дітей молодшого шкільного віку проявляється підвищений рівень загальної тривожності в школі – 88,20%, страху самовираження – 77,60%, страху невідповідності очікуванням оточуючих – 67,10%, страхів у стосунках з вчителями – 93,00%.

Як показав кореляційний аналіз, всі складові особистісної тривожності мають достатньо тісний взаємозв'язок. Так, коефіцієнт кореляції між шкільною і міжособистісною тривожністю (0,589); між шкільною тривожністю і тривожністю на уроці (0,611); тривожністю на уроці і самооцінною тривожністю (0,632); тривожність на уроці і міжособистісна



мають відносно нижчий коефіцієнт кореляції (0,492). Отримані дані дають змогу стверджувати, що неблагополуччя дитини навіть в одній системі навчально-соціальної взаємодії здійснює негативний вплив на всі інші сфери життєдіяльності молодшого школяра і зумовлює затримки чи певні відхилення в розвитку і формуванні його особистості.

Користуючись цими результатами, а також на основі індивідуальних бесід, зроблені висновки, що високий рівень тривожності викликаний: поганою підготовкою до уроків; страхом виразити свої можливості, оскільки діти вважають, що вони будуть оцінені нижче, ніж їх однолітки, які показують високий рівень знань і творчості; заниженою самооцінкою; пред'явленням з боку вчителя високих вимог; домашніми неприємностями; високими вимогами батьків; недостатньою увагою і підтримкою батьків.

Таким чином, отримані дані є основою для подальших досліджень з даної проблеми, зокрема переконують, що встановлення певних причин підвищеної тривожності потребує складання корекційно-розвиваючої програми, взявши за основу формування у дітей молодшого шкільного віку вміння використовувати комунікативні навички для подолання високого рівня тривожності.



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>