

Тетяна ЛЕВИЦЬКА,

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницького національного університету

Марія РУДНИЦЬКА,

магістрант Хмельницького національного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті здійснюється теоретичний аналіз щодо вивчення проблеми шкільної тривожності молодших школярів. Виокремлюються види тривожності та прояви тривожних переживань, визначаються ролі і психологічний зміст шкільної тривожності, а також здійснюється характеристика дітей зі шкільною тривожністю. Досліджуються чинники виникнення тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

Ключові слова: *тривога, тривожність, шкільна тривожність, особистісна тривожність.*

Постановка проблеми у загальному вигляді. Вступ дитини до школи а також, безпосередньо саме шкільне навчання пов'язані із суттєвими змінами, які докорінним чином змінюють соціальну ситуацію її подальшого розвитку, а також завжди супроводжуються підвищенням рівня тривожності у дітей.

На цьому етапі починається формування навчальної діяльності, яка стає основою психологічних новоутворень молодшого школяра. У дитини вибудовується емоційне ставлення до власної провідної діяльності, яке відбивається у бажанні відповідати вимогам учителя, а також батьків щодо образу «хорошого учня». Все це викликає у дітей молодшого шкільного віку нові переживання, які, поєднуючись з невдачами, можуть набувати негативного забарвлення, породжуючи тривожність.

Тривожність – це індивідуальна особливість, що проявляється в стані підвищеної схильності відчувати неспокій в різних життєвих ситуаціях. Основними проявами тривожності є рухове збудження, непослідовність у

вчинках, нерідко надмірна цікавість і прагнення зайняти себе будь-якою діяльністю. Тому необхідним є визначення умов, дотримання яких дасть можливість подолати це негативне явище в розвитку особистості дітей молодшого шкільного віку та попередити його вплив на становлення особистості в наступних вікових етапах. Науково достовірне знання, обґрунтування таких умов є важливим завданням сучасної практичної психології і перетворюється в одну з найбільш актуальних проблем сьогодення [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор. Дитячу тривожність вчені називають одним з найбільш інтригуючих феноменів в психологічній науці. У загальному вигляді вчені та практики визначають її як ситуативне явище та як особистісну характеристику з урахуванням перехідного стану та його динаміки.

На думку А. М. Прихожан «тривожність – це переживання емоційного дискомфорту, пов'язане з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям небезпеки. Тривожність – це стійке особистісне утворення, яке зберігається протягом досить тривалого періоду часу» [2]. Розрізняють тривожність як емоційний стан і як стійку властивість, рису особистості, або темпераменту. Також А. М. Прихожан виділяє види тривожності на основі ситуацій, які пов'язані з процесом навчання – шкільна тривожність, з уявленнями про себе – самооцінкова тривожність, із спілкуванням – міжособистісна тривожність.

Відомий американський дослідник Ч. Спілбергер виділяє дві форми тривожності – тривога як стан і як властивість. Дослідник виділяє такі види тривожності: ситуативну, пов'язану з конкретною зовнішньою ситуацією, та особистісну, що є стабільною властивістю особистості [1].

Діти з підвищеною тривожністю відносяться до груп ризику за невротизмом, дезадаптивною поведінкою та емоційними порушеннями особистості.

Причинами тривожності у школярів Є. П. Ільїн вважає: перевірку знань під час контрольних та інших письмових робіт, відповідь учня перед класом і страх помилки, яка може викликати критику вчителя чи сміх однокласників, отримання поганої оцінки, незадоволеність батьків, вчителів успішністю дитини [3].

С. Ставицька, досліджуючи особистісну тривожність, зазначає, що проблема тривожності знайшла свій розвиток у роботах, пов'язаних із вивченням індивідуальних особливостей людини, типу її темпераменту (Г. Айзенк, Р. Кеттелл, В. Мерлін, І. Павлов), із соціальними причинами її виникнення (Л. Божович, С. Васьківська), з вивченням проблеми адаптації та дезадаптації дитини (І. Дубровіна, Р. Овчарова) [4; 5].

У ряді робіт розкриваються особливості тривожності у школярів різних вікових груп (Г. Абрамова, Н. Лисенко й ін.) [6].

Теоретичні аспекти особистісної тривожності розглядаються в психологічній літературі, перш за все, з точки зору представлення її як переживання певної емоційної модальності, пов'язаної з мотивами поведінки і діяльності. У витоків аналізу цього явища стоять такі дослідники, як Дж. Браун, А. Валлон, П. Жане, У. Кеннон, К. Левін, Х. Ліделла, В. М. М'ясищев, Н. Міллер, Ж. Піаже, І. П. Павлов, Г. Сельє, Д. Хебб, П. Фресс, Р. Шульц, П. Янг, П. М. Якобсон. Феномен тривожності неодноразово ставав предметом вивчення дослідників, але і зараз немає чіткої узгодженості у визначенні і використанні понять, що стосуються явищ тривожного ряду [7].

Аналіз літературних джерел та практичних досліджень проблеми тривожності у молодших школярів на сьогоднішній день є малодослідженими та потребують подальшого вивчення.

Метою статті є розкриття психологічних особливостей проявів тривожності у молодших школярів та виявленні причин її формування.

Виклад основного матеріалу дослідження. Більшість дослідників розрізняють тривогу як стан і як рису особистості – тривожність. 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.

Відповідно до змістового аспекту особистісна тривожність є рисою емоційного складу особистості, яка має умовно-рефлекторну природу. Швидкість її виникнення, закріплення і розвитку частково визначається індивідуальними та віковими особливостями дитини, а також залежить від соціальних умов, в яких живе і розвивається дитина, та спрямованих на неї стихійних і спеціально організованих впливів [8].

Серед найбільш загальних причин виникнення тривожності у дітей є завищені вимоги до дитини, негнучка догматична система виховання, особистісні конфлікти, пов'язані з оцінкою дитиною власної успішності у різних сферах діяльності. У молодших школярів тривожність є результатом фрустрації потреби в захищеності з боку найближчого оточення і представляє собою функцію порушення стосунків з близькими дорослими. Дитина, для якої властивий високий рівень тривожності, відрізняється частими проявами неспокою, великою кількістю страхів у ситуаціях, коли їй нічого не загрожує. Така дитини може бути нав'язливою, залежною від оцінок дорослих [9].

Шкільна тривожність – це порівняно м'яка форма прояву емоційного неблагополуччя дитини. Вона виражається в хвилюванні, підвищеному занепокоєнні в навчальних ситуаціях, у класі, очікуванні поганого ставлення до себе, негативної оцінки з боку вчителів, однолітків. Дитина постійно відчуває власну неповноцінність, в правильності своєї поведінки, своїх рішень. Вчителі та батьки відзначають такі особливості дитини, зазвичай кажуть, що вона «всього боїться», «дуже вразлива», «недовірлива». Однак це як правило не викликає сильного занепокоєння з боку дорослих.

Тривожних дітей відрізняє надмірна боязкість, причому іноді вони бояться не самої події, а її передчуття. Часто вони чекають найгіршого. Діти відчують себе безпорадними, побоюються грати в нові ігри, приступати до нових видів діяльності. У них високі вимоги до себе, вони дуже самокритичні. Рівень їхньої самооцінки низький, такі діти й насправді думають, що гірші за інших у всьому, що вони непривабливі, нерозумні, незграбні. Вони шукають заохочення, схвалення у всіх справах.

У дитини, яка часто переживає страх та тривогу, найімовірніше, тривожність є особистісною рисою. Вона проявляється у стабільному стані очікування та готовності до виникнення небезпеки, суб'єктивному переживанні необхідності її долати іноді навіть у тих випадках, коли події об'єктивно не є загрозливими [9].

Систематичне переживання емоцій страху, тривоги та розвиток особистісної тривожності можуть привести до стійких психоемоційних розладів, виникнення комплексів, поведінкових розладів, комунікативних проблем, загальної дезадаптації та порушень особистісного розвитку.

Шкільна тривожність – це побоювання «бути не тим», страх зробити помилку, отримати погану оцінку, конфліктувати з однолітками. Це повна неспроможність відповісти біля дошки добре вивчений урок, провали на контрольних за доброго виконання аналогічних завдань у домашній роботі. У ситуації обстеження, особливо у завданнях, які не нагадують шкільні, дитина успішна, адекватна. Окремі показники тривоги проявляються слабо, за будь-якого наближення до шкільної тематики вони різко зростають. Шкільна тривожність позбавляє дитину психологічного комфорту та є основною причиною хронічної неуспішності [10].

Висновки. Отже, тривожність в молодшому шкільному віці пов'язана з незадоволенням провідних потреб віку і реалізується в поведінці з переважанням компенсаторних і захисних проявів. Тривожність в молодшому шкільному віці деструктивно впливає на діяльність. Тривожна дитина не може самостійно позбутися відчуття тривоги й невпевненості в собі, які виникають в

проблемних ситуаціях, в результаті чого виникає дезорганізація діяльності та поведінки, і дитина діє значно нижче своїх можливостей. Типове виникнення шкільної тривожності пов'язане з соціально-психологічними чинниками чи чинниками освітянських систем. В молодшому шкільному віці підвищена шкільна тривожність є показником шкільної дезадаптації.

Перспективами подальших розвідок у даному напрямку. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на визначення напрямків профілактики тривожності молодших школярів, а також її корекції в умовах навчального закладу.

Список використаної літератури

1. Астапов В. М. Тревожные расстройства в детском и подростковом возрасте. Теория и практика: монография / В. М. Астапов, Е. Е. Малков. – М. : МПСИ, 2011. – 368 с.
2. Прихожан А. М. «Психология тревожности. Дошкольный и школьный возраст»: 2-е изд. / А. М. Прихожан. – СПб. : Питер, 2007. – 192 с.
3. Микляева А. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А. В. Микляева, П. В. Румянцева. – СПб. : Речь, 2007. – 248 с.
4. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – СПб: Питер, 2008. – 400 с.
5. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / под ред. И. В. Дубровиной. – 4-е изд. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000. – 176 с.
6. Овчарова Р. В. Практическая психология в начальной школе / Р. В. Овчарова. – М. : Сфера, 2002. – 261 с.
7. Изард К. Е. Страх и виды тревожности // Тревога и тревожность / сост. И общая редакция В. М. Астапова / К. Е. Изард. – СПб. : Питер, 2001. – С.109-123.
8. Волошина В. В. Розвиток пізнавальних інтересів у дошкільників та молодших школярів / В. В. Волошина, Л. В. Волинська, Л. В. Лохвицька. – К. : НПУ ім. Д. Драгоманова, 2003. – 214 с.
9. Казаннікова О. В. Особливості прояву тривожності в молодших школярів / О. В. Казаннікова // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. – 2014. – Вип.1. Т.1. – С.176–180.
10. Омельченко Я. М. Психологічна допомога дітям з тривожними станами / Я. М. Омельченко, З. Г. Кісарчук. – К. : Шкільний світ, 2011. – 112 с.

Левицкая Т., Рудницкая М. Психологические особенности проявления тревожности у детей младшего школьного возраста

В статье осуществляется теоретический анализ по изучению проблемы школьной тревожности младших школьников. Выделяются виды тревожности и проявления тревожных переживаний, определяются роли и психологическое содержание школьной тревожности, а также осуществляется характеристика детей со школьной тревожностью. Исследуются факторы возникновения тревожности у детей младшего школьного возраста.

Ключевые слова: тревога, тревожность, школьная тревожность, личностная тревожность.

Levytska T., Rudnitska M. Psychological peculiarities of anxiety in elementary school-aged children

The article deals with theoretical analysis of the problem of school anxiety of elementary school-aged children. The types of anxiety and manifestations of disturbing experiences are singled out, roles and psychological content of school anxiety are determined, and the characteristics of children with school anxiety are performed. The factors of anxiety in elementary school-aged children are researched.

The school entrance of a child to as well as school education is directly related to significant changes that fundamentally change the social situation of its further development, and are always accompanied by an increase of the level of anxiety in children. Anxiety is an individual feature that manifests itself in a state of increased tendency to feel anxiety in various life situations. The main manifestations of anxiety are hyperkinesis, inconsistency of behavior, often excessive curiosity and the desire to take on any kind of activity.

According to the content aspect, personal anxiety is a feature of the emotional structure of the personality, which has a conditionally reflexive nature. The speed of its occurrence, consolidation and development is partly determined by the individual and age characteristics of the child, and also depends on the social conditions which the child lives in and develops, and by spontaneous and specially organized influences directed on it.

Among the most common causes of children anxiety are overrated requirements for the child, the inflexible dogmatic system of education, personal conflicts associated with the rating assessment of the child's own success in various areas of activity. In younger pupils, anxiety is the result of frustration of the need of protection from the the closest environment and is a function of violations of relationships with close adults. A child with a high level of anxiety is characterized by frequent manifestations of anxiety, a great deal of fear in situations where child is not in danger. Such a child may be obsessive, depending on the adult's ratings.

The systematic experience of emotions of fear, anxiety and the development of personal anxiety can lead to persistent psycho-emotional disorders, the emergence of complexes, behavioral disorders, communicative problems, general maladjustment and violations of personal development.

Key words: anxiety, school anxiety, personal anxiety.