**ОСОБЕННОСТИ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

***Михайлова Т.С.-автор статьи (89869029667,*** ***ttmi97@mail.ru******)***

*Научный руководитель -* *канд. пед. наук., доцент, Калацкая Н.Н.*

Одной из задач современного общества является сохранение и укрепление психологического здоровья детей. Необходимость решения этой проблемы возрастает особенно сегодня, когда стремительно растет количество детей, переживающих эмоциональное неблагополучие. Школьная тревожность привлекает к себе внимание, так как является одной из типичных проблем. Она выступает ярким признаком школьной дезадаптации ребенка, отрицательно влияет на все сферы его жизнедеятельности: на учебу, на здоровье, на общий уровень благополучия.

Именно поэтому нами было проведено исследование особенностей школьной тревожности младших школьников.

В ходе изучения психолого-педагогической педагогической литературы нами было выбрано рабочее определение исследования. По мнению А.М. Прихожан, школьная тревожность – это состояние учащегося, которое характеризуется повышенной склонностью к переживаниям , опасениям и беспокойству за успеваемость по школьным предметам, имеющей отрицательную эмоциональную окраску[Прихожан, 2004, С. 16 ].

 А.М.Прихожан в своих работах выявляется следующие наиболее типичные факторы, влияющие на возникновения школьной тревожности [Прихожан, 2001, С. 149]:

1. Учебные перегрузки;
2. Неспособность учащегося справиться со школьной программой;
3. Неадекватные ожидания со стороны родителей;
4. Неблагоприятные отношения с педагогами;
5. Регулярно повторяющиеся оценочно - экзаменационные ситуации;
6. Смена школьного коллектива и / или непринятие детским коллективом.

Школьная тревожность младших школьников проявляется в стабильном состоянии ожидания и готовности к возникновению опасности, субъективном переживании необходимости ее преодолевать иногда даже в тех случаях, когда события объективно не является угрожающими [Кисловская, 2004, С. 167].

 Говоря об особенностях школьной тревожности , стоит отметить , что тревожные младшие школьники очень чувствительны к своим неудачам, остро реагируют на них, склонны отказываться от той деятельности , в которой испытывают затруднения. А.М.Приходан выделяет следующие особенности проявления школьной тревожности младших школьников [Прихожан, 2004, С. 19]:

1. Чрезмерная робость, причем иногда они боятся не самого урока или среза знаний, а предчувствия этого события;
2. Частое ожидание худших результатов;
3. Чувство беспомощности, опасение отвечать на вопросы по новой теме, приступать к её изучению;
4. Высокие требования к себе, самокритичность.

 С целью выявления уровня проявления школьной тревожности нами был проведен констатирующий эксперимент на базе МБОУ «СОШ № 91 Ново-Савиновского района г. Казани». В эксперименте приняли участие 17 учащихся , 11мальчиков и 6 девочек, в возрасте 8-9 лет.

Цель констатирующего эксперимента является замерить уровень школьной тревожности у детей младшего школьного возраста.

Нами были выбраны две методики исследования :«Проективная методика А.М. Прихожан» и «Методика диагностики уровня школьной тревожности» Филлипса. С помощью данных методик можно выявить общий уровень школьной тревожности учащихся начальной школы.

 Анализ результатов gроективной методики А.М.Прихожан показывает, что только 52,94% учащихся проявляют низкий уровень тревожности, так же 11,76% - повышенный уровень тревожности, и 35,29% высокий уровень тревожности. Общий уровень проявления тревожности у детей младшего школьного возраста по проективной методике А.М.Прихожан представлен в Табл.1.

Таблица 1. Общий уровень проявления тревожности у детей младшего школьного возраста по проективной методике А. М. Прихожан

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Уровни | Высокий | Повышенный | Низкий |
|  | 6 ученика (35,29%) | 2 ученика (11,76%) |  9 учеников(52,94%) |

 Общий уровень проявления тревожности у детей младшего школьного возраста по тестовой методике Филлипса представлен ниже (см. Табл.2)

Таблица 2. Общий уровень проявления тревожности у детей младшего школьного возраста по тестовой методике Филлипса

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Уровни | Высокий | Повышенный | Низкий |
|  | 2 ученика (11,76%) | 6 ученика (35,29%) | 9 учеников(52,94%) |

Анализ данных с применением методов математической статистики, позволил нам сделать вывод о том, что у 9 учеников уровень проявления школьной тревожности находится на низком уровне, у 5 учащихся на повышенном уровне и у 3 учеников на высоком. Обобщенный уровень проявления тревожности у детей младшего школьного возраста представлен на Рис.1

Рис.1 Обобщенный уровень проявления тревожности у детей

Таким образом, анализируя полученные данные, мы пришли к выводу, что детям младшего школьного возраста характерен низкий уровень проявления школьной тревожности.

 С целью профилактики по понижению уровня школьной тревожности младших школьников нами были разработаны следующие общие рекомендации для педагогов и родителей:

1. Будьте последовательны в своих действиях: не запрещайте ребенку без всяких причин то, что вы разрешали раньше.
2. Учитывайте способности детей, не требуйте от них того, что они не могут выполнить.
3. Демонcтрируйте обрaзцы уверенного поведения, будьте примером ребенку.
4. Cтaрaйтеcь делaть меньше зaмечaний.
5. Не унижaйте ребенкa, нaкaзывaя его.
6. Обcуждaйте c ребенком трудные и конфликтные cитуaции в школе , в которые он попaдaет или может попacть.

**Список литературы**

1. Кисловская, В.Р. Школьники в среде сверстников и взрослых. — Алма-Ата.:2004.- 238 с.
2. Прихожан, А.М. Тревожность: явление, причины, диагностика / А.М.Прихожан // Школьный психолог. – 2004. – № 8.- с.16 – 22.
3. Прихожан, А.М. Формы и маски тревожности. Влияние тревожности на деятельность и развитие личности // Тревога и тревожность / Ред. В.М. Астапов.- СПб.- 2001. – с. 143-156.