

УДК 159.922

**БАБАЯН Ю. О., КОНОВАЛЮК О. О.**

Миколаївський національний університет ім. В. О. Сухомлинського

## **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРИВОЖНОСТІ ТА НАВЧАЛЬНОЇ УСПІШНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

*У статті здійснюється проаналізовано проблематику шкільної тривожності молодших школярів. Досліджується взаємозв'язок між рівнем тривожності молодших школярів та рівнем їх успішності у навчанні. Виокремлюються причини виникнення тривожності у дітей молодшого шкільного віку.*

*Ключові слова: тривога, тривожність, шкільна тривожність, молодший шкільний вік.*

Початкова освіта – це фундамент усього подальшого навчання і здобуття професійного освіти. Успішність навчання у початковій школі багато у чому визначає долю людини, її майбутнє життя, оскільки саме у цьому віці формуються базові підвалини особистості людини. У цей час у дитини вибудовується емоційне ставлення до власної провідної діяльності, яке відзеркалюється у бажанні відповідати вимогам учителя та батьків щодо образу «гарного учня». Все це викликає у дитини молодшого шкільного віку нові переживання, які, поєднуючись з невдачами, можуть набувати негативного забарвлення, породжуючи тривогу. Вивчення тривожності у контексті навчальної діяльності є доволі актуальним на сьогоднішній день. Це зумовлюється як теоретичними, так і практичними запитам.

**Метою** нашого дослідження є аналіз й узагальнення поглядів вчених на явище тривожності та на причини її виникнення у молодшому шкільному віці; виявлення взаємозв'язку тривожності та рівня успішності у навчанні молодших школярів.

Вивченням проблеми тривожності займався багато вітчизняних і зарубіжних учених: В. М. Астапов, О. І. Захаров, К. Ізард, Р. Лазарус, Г. М. Прихожан, Ч. Д. Спілбергер, С. С. Степанов, З. Фройд та ін.

Аналізуючи сутність поняття «тривожність», учені роблять акценти на різних її аспектах. Так, С. Л. Рубінштейн визначав тривожність як емоційний стан, котрий виникає у ситуаціях невідомої небезпеки і виявляється в очікуванні неконтрольованого розвитку подій [10].

За науковими поглядами В. К. Вілюнаса, тривожність також є схильністю людини до переживання тривоги, яка характеризується низьким порогом виникнення реакцій гальмування [2].

Г. М. Прихожан вносить у змістове навантаження тривожності переживання емоційного дискомфорту, передчуття небезпеки, прояви незадоволення [6].

У психологічному словнику С. Ю. Головіна це поняття визначається як стан цілеспрямованого підвищення сенсорної уваги і моторної напруги у ситуації можливої небезпеки з появою відповідної реакції страху [8].

У нашому дослідженні ми дотримувались наукової позиції вчених, які розглядали тривогу як емоційне ставлення, а тривожність – як стійке особистісне утворення. Якщо тривога є епізодичним проявом стурбованості чи хвилювання, то тривожність – це стійкий стан. При цьому незначний рівень тривожності, властивий багатьом людям, є необхідною умовою успішної адаптації до оточуючого середовища. Разом з тим, наявність тривожності, як стійкого особистісного утворення, свідчить про існування порушень в особистісному розвитку, у діяльній та комунікативній сферах особистості [1; 3; 4; 5; 7].

У процесі вивчення питання тривожності молодших школярів основна увага вчених сконцентрована на таких чинниках, як соціальна ситуація розвитку дитини, особливості її взаємостосунків з батьками та специфіка взаємодії вчителів з тривожною дитиною в процесі виконання нею різних видів діяльності (Г. В. Бурменська, І. А. Дідук, О. В. Новікова, А. В. Разумова, Г. М. Прихожан, Т. М. Титаренко, К. А. Тонконог). Більшість дослідників доводять, що існує негативний вплив тривожності на зростаючу особистість.

Учені, що займаються дослідженням тривожності, вважають, що школа для багатьох дітей є стресогенним чинником. У деяких дітей уже на початку дня помітні ознаки втоми на обличчі, у них порушується активність, спостерігаються головні болі. Вже сама дорога до школи вимагає від учня підвищеної уваги. Упродовж дня мало виникає ситуацій, коли дитина може повністю відпочити [9].

На думку Г. М. Прихожан, шкільна тривожність – це м'яка форма прояву емоційного неблагополуччя. У дитини вона виявляється у хвилюваннях, підвищеному занепокоєнні у навчальних ситуаціях, у процесі неузгодженого спілкування

з однолітками тощо. Так, молодший школяр постійно відчуває власну неадекватність, неповноцінність, невпевнений у правильності своєї відповіді та власних рішень. І для педагогів і для батьків помітна така поведінка дитини, хоча вони не завжди цьому надають їй відповідної значущості. Але, як емпірично доведено вченою, така поведінка дитини може стати показником початкового етапу неврозу, порушень її пізнавальної діяльності, породженням психологічних комплексів тощо [6; 7].

Тривожність пов'язана з очікуванням соціальних та індивідуальних наслідків успіху чи невдачі. Для молодших школярів це, перш за все, успіхи та невдачі в їх провідній діяльності – учінні, яка включає міжособистісні стосунки з учителем, однокласниками, батьками, а також їх власні переживання з приводу рівня домагань, самооцінки, задоволеності основних потреб, які саме у цьому віці тісно пов'язані і переважно визначаються успішністю взаємодії з названими вище суб'єкт-об'єктними міжособистісними стосунками й успішністю виконання діяльності.

У сім'ях із доброзичливими взаєминами діти менш тривожні, ніж у сім'ях, де часто доводиться спостерігати конфліктні ситуації. Навчальна тривожність починає формуватися ще у дошкільному віці. Цьому можуть сприяти як стиль роботи вихователя, так і завищені вимоги до дитини та постійні порівняння її з іншими. У деяких сім'ях упродовж усього року, який передуює вступу до школи, у присутності дитини ведуться розмови про вибір «якісної» школи, «перспективного» вчителя. Така емоційна збудженість батьків неодмінно передається дітям. І поява тривоги у молодших школярів на початковому етапі навчання може бути певною формою їх відповідальності перед батьками за проявлену турботу.

Часто передумовою підвищеної тривожності дітей виявляються завищені очікування батьків. Нормальні, середні шкільні успіхи дитини, яку вважали вундеркіндом, сприймаються батьками як невдачі. Реальні досягнення не помічають чи не оцінюються досить високо. Негативні оцінки з боку дорослих призводять до того, що у дитини падає впевненість у собі, підвищується тривожність.

Тривожність, як емоційне напруження, створює відчуття страху у ситуації перевірки знань, страху невідповідності сподіванням оточуючих, проблеми у взаємовідносинах з учителем тощо. Страх, як відомо, блокує пам'ять, і у стані емоційного напруження учень не може бути адекватним. Це, у свою чергу, призводить до погіршення

результатів, до дезорганізації діяльності, непродуктивної витрати навчального часу, і як наслідок, загальна успішність навчання, рівень досягнень дитини значно знижується. Неуспіх породжує тривогу, яка сприяє закріпленню невдач. Чим далі, тим важче стає розірвати це коло, тому неуспішність стає «хронічною». Тому важливо знати психологічний стан дитини, наявність у неї високої тривожності, оскільки вона може бути саме тим негативним чинником, який знижує навчальну успішність дитини.

Дослідження взаємозв'язку рівня тривожності молодших школярів та їх навчальної успішності проводилось на базі Білокриницької ЗОШ Великоолександрівського району Херсонської області. Вибірка досліджуваних складалася з 62 учнів (29 дівчат, 33 хлопців) 2–4-х класів, вік досліджуваних 7–10 років.

Для виявлення рівня тривожності використано такі методики: Методика «Вимірювання рівня тривожності Тейлора» (адаптована Т. А. Немчиновим), Методика «Оцінка рівня шкільної тривожності Філіпса», «Шкала явної тривожності для дітей СМАС», адаптована А. М. Прихожан,

Проективна методика для діагностики шкільної тривожності (А. М. Прихожан), Шкала тривожності Кондаш, Тест тривожності (Р. Темпл, М. Доркі, В. Амен).

Усі методики мають аналогічне позначення рівнів тривожності: низький, середній, високий, деякі з них мають дещо розширену шкалу результатів (підвищений і дуже високий рівні у методиці «Шкала явної тривожності для дітей СМАС», середній з тенденцією до високого і середній з тенденцією до низького рівня у методиці «Вимірювання рівня тривожності Тейлора»), *проте в усіх методиках значення підвищеного рівня тривожності означає, що кількість неспівпадінь з ключем більша за 50%, а значення дуже високої тривожності – при неспівпадінні у 75–80%, усі результати нижче 50% означають середній та низький рівні тривожності, тому ми можемо привести результати по двох методиках до одного середнього значення, не спотворивши при цьому результати всього дослідження.*

За результатами дослідження рівня тривожності ми виявили, що більшість дітей (50%) мають середній або оптимальний рівень тривожності; менше всього дітей (18%) мають низький рівень тривожності, і 32% досліджуваних мають високий рівень тривожності.

Варто розглянути, як саме виражені різні рівні тривожності у дітей молодшого шкільного віку:

- *Високий рівень тривожності* – виражається у підвищеній занепокоєності у навчальних ситуаціях у класі, очікуванні поганого ставлення до себе, негативного оцінювання з боку вчителів та однолітків. Вона виявляється у почутті невпевненості у собі, беззахисності, безпомічності, безсилля перед реальними об'єктивними чи уявними (суб'єктивними) зовнішніми чи внутрішніми чинниками, які містять небезпеку і загрозу самооцінці, рівню домагань, задоволенню основних потреб тощо (чи сприймаються як такі).
- *Середній або оптимальний рівень тривожності* – діти у цілому спокійні, врівноважені, соціально адаптовані, проте у стресових ситуаціях, ситуаціях публічного виступу, незнайомій для себе ситуації вони будуть відчувати деяке занепокоєння. Однак, воно не буде порушувати їх соціальну адаптацію.
- *Низький рівень тривожності* – діти, які, умовно кажучи, «надміру спокійні». Подібна нечутливість до неблагополуччя носить, як правило, компенсаторний, захисний характер і перешкоджає повноцінному формуванню особистості.

За аналізом навчальної успішності низький рівень успішності мають 5%, середній – 34%, достатній – 46,5% дітей, і високий рівень навчальної успішності мають 14,5% досліджуваних.

Наступним нашим кроком стало визначення успішності дітей при різних рівнях тривожності. Виявлено, що серед дітей з високим рівнем тривожності 70% мають середній рівень успішності, і по 10% дітей мають низький, достатній і високий рівні. У групі дітей з середнім рівнем тривожності виявлено 3% з низьким рівнем успішності, 13% – з високим, 19% – з середнім і 65% – з достатнім рівнем успішності. У групі учнів з низьким рівнем тривожності виявлено 9% дітей з середнім рівнем успішності, 27% – з високим і 64% – з достатнім рівнем успішності у навчанні. Таким чином, ми визначали залежність успішності від рівня тривожності дітей. Кількісні результати вивчення успішності при різних рівнях тривожності учнів представлено у таблиці 1.

Порівнюючи результати вивчення успішності досліджуваної групи учнів, ми можемо стверджувати, що більшість дітей з високим рівнем тривожності мають середній рівень успішності. Основний відсоток школярів з середнім рівнем тривожності визначено у групі дітей з достатнім рівнем навчання. Низький рівень тривожності має невелика кількість дітей, більшість з яких мають достатній рівень навчання.

Отримані результати підтверджують наше припущення про взаємозв'язок між означеними чинниками, оскільки серед причин невстигання у шкільному навчанні вагому роль посідає емоційний компонент, а саме рівень шкільної тривожності дитини. Оптимальний рівень тривожності активізує навчання, робить його більш ефективним та успішним, але коли рівень тривожності перевищує цю оптимальну межу, йде дезорганізація навчальної діяльності.

Звичайно, потрібно пам'ятати, що первинні причини, що призводять, зрештою, до неуспішності, можуть бути різними. Найбільш поширеною передумовою слугує недостатня підготовленість дитини до школи, яка веде до утруднень з перших днів навчання. Несформованість довільної уваги призводить до труднощів в організації всієї роботи на уроці; дитина не запам'ятовує, «пропускає повз вуха» завдання і вказівки вчителя. Часто передумовою цього виявляються завищені очікування батьків. Нормальні, середні шкільні успіхи дитини, яку вважають вундеркіндом, сприймаються батьками як невдачі. Реальні досягнення не помічають чи оцінюються досить високо. У результаті починає працювати механізм, що приводить до зростання тривожності і, внаслідок цього, до реальної неуспішності. При завищених очікуваннях батьків, стурбованих досягненнями дитини з раннього дитинства, хронічна неуспішність може складатися уже і в дошкільному віці.

Якщо рівень тривоги і без того підвищений, то його додаткове підвищення (хвилювання) ще більше знижує результати навчання. Через це

Таблиця 1

Аналіз взаємозв'язку між рівнем тривожності та рівнем успішності у навчанні

Рівні успішності у навчанні	Рівні тривожності					
	Низький		Середній		Високий	
	Абсолютний (люди)	Відносний (%)	Абсолютний (люди)	Відносний (%)	Абсолютний (люди)	Відносний (%)
Низький	–	–	1	3%	2	10%
Середній	1	9%	6	19%	14	70%
Достатній	7	64%	20	65%	2	10%
Високий	3	27%	4	13%	2	10%

відповідальні контрольні роботи виконуються не краще, а гірше повсякденних завдань.

Можливий варіант, коли першоджерелом хронічної неуспішності є підвищена тривожність школяра, що сформувалася під впливом сімейних конфліктів або неправильного стилю виховання. Викликана цим загальна невпевненість у собі, схильність панічно реагувати на будь-які труднощі переноситься і на шкільне життя.

Незалежно від вихідної причини, розвиток по типу хронічної неуспішності протікає приблизно однаково. У кінцевому результаті у всіх випадках спостерігається поєднання низьких досягнень, різко підвищеної тривожності, невпевненості у собі і низької оцінки оточуючих. Тобто високий рівень тривожності є не лише однією з причин неуспішності у навчанні, а й часто присутній і як наслідок невстигання дитини у школі.

Порівнюючи результати аналізу рівня успішності досліджуваної групи учнів, ми виявили, що серед дітей з високим рівнем тривожності більшість – 80% дітей – мають низький та середній рівні успішності, тобто їх оцінки з навчальних предметів не перевищують 6 балів. Основний відсоток школярів з середнім рівнем тривожності визначено у групі дітей з достатнім рівнем навчання. Низький рівень тривожності має невелика кількість дітей, більшість з яких мають достатній рівень навчання. Отримані результати підтверджують наше припущення про існування взаємозв'язку між рівнем тривожності та рівнем успішності у навчанні, тобто при високій

тривожності переважає низька успішність, а при нормальному і низькому рівні тривожності – середній і високий рівень навчальних досягнень.

Перспективи наших подальших досліджень ми вбачаємо у визначенні

та узагальненні психолого-педагогічних умов подолання шкільної тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

#### Список використаних джерел

1. Бастун Н. Індивідуальний підхід до учнів з високою тривожністю. Шестирічки в школі / Н. Бастун // Упоряд. Т. Бишова, О. Кондратюк. — Київ : Ред. загальнопед. газ., 2004. — С. 40—45.
2. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений / В. К. Вилюнас. — М. : Изд-во МГУ, 1976. — 142 с.
3. Гончаренко Т. Тривожна дитина / Т. Гончаренко // Психолог. — 2004. — №5. — С. 26—27.
4. Казанкова О. Тривожність молодших школярів / О. Казанкова // Початкова школа. — 2008. — №3. — С. 9—10.
5. Микляева А. Направления деятельности школьного психолога по коррекции школьной тревожности / А. Микляева // Педагогическая техника: секреты пед. Мастерства. — 2007. — № 1. — С. 28—31
6. Прихожан А. М. Тревожность и страх у младших школьников. Руководство практического психолога / А. М. Прихожан. — Москва, 1995. — 238 с.
7. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. — Москва-Воронеж, 2000. — 328 с.
8. Словарь практического психолога / сост. С. Ю. Головин. — Минск : Дарвест, Москва : ООО «Издательство АСТ», 2003. — 800 с.
9. Пересадачак О. Фактори впливу на розвиток дитячої тривожності / О. Пересадачак // Психолог. — 2003. — №2. — С. 21—22.
10. Рубинштейн Л. С. Проблемы общей психологии / Л. С. Рубинштейн. — М. : Просвещение, 1973. — 424 с.

**БАБАЯН Ю. А., КОНОВАЛЮК Е. А.**

#### **ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ И УЧЕБНОЙ УСПЕШНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

*В статье проанализировано проблематику школьной тревожности младших школьников. Исследуется взаимосвязь между уровнем тревожности младших школьников и уровнем их успеваемости в учебе. Выделяются причины возникновения тревожности у детей младшего школьного возраста.*

*Ключевые слова: тревога, тревожность, школьная тревожность младший школьный возраст.*

**BABAYAN J. A., KONOVALYUK E. A.**

#### **THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND EDUCATIONAL ACHIEVEMENT YOUNGER STUDENTS**

*The article presents a theoretical analysis of the problem of school anxiety pupils. Explores the relationship between the level of anxiety of elementary school students and their level of educational achievement. Allocated causes of anxiety in children of primary school age.*

*Keywords: anxiety, school anxiety, primary school age.*

Стаття надійшла до редколегії 05.02.2014 року.