Башкирова Дарья Николаевна
студентка
Научный руководитель
Фещенко Елена Михайловна
канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Брянский государственный
университет им. академика И.Г. Петровского»
г. Брянск, Брянская область

DOI 10.31483/r-170489

ИССЛЕДОВАНИЕ ДИНАМИКИ ПРОЯВЛЕНИЯ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ 5–6 КЛАССА

Аннотация: *статья посвящена проблеме изучения динамики школьной тревожности у учащихся при переходе из 5 в 6 класс. Проанализированы научные подходы отечественных и зарубежных исследователей к изучению данного феномена. Особое внимание уделено проявлению тревожности в младшем подростковом возрасте. Проведено изучение психологических особенностей тревожности у школьников 5 и 6 классов, сделан сравнительный анализ, выявлены количественные и качественные различия тревожности. Сделан вывод, что снижение учебных страхов отражает успешную адаптацию, а рост социального напряжения требует дальнейшего изучения.*

Ключевые слова: *школьная тревожность, младший подростковый возраст, адаптация, методика Филлипса, динамика тревожности, социальный стресс, подростковый кризис.*

Процесс адаптации к новым условиям в общеобразовательном учреждении при переходе из младшего звена в среднее является одним из важнейших факторов, влияющих на общее психологическое состояние и успеваемость школьников. Этот период нередко сопровождается ростом тревожности. Она связана как с новыми условиями обучения, так и с физиологическими изменениями, по-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

скольку совпадает с началом подросткового возраста. Как отмечал Л. С. Выготский, переход от одной возрастной ступени к другой включает в себя перестройку всей структуры личности и может сопровождаться ростом аффективной напряжённости [2, с. 249].

Данное исследование посвящено анализу динамики школьной тревожности у учащихся при переходе из 5 в 6 класс, часть которых принимала участие в коррекционно-развивающей программе. Данных о динамике проявления школьной тревожности в литературе представлено недостаточно, что и составляет актуальность исследования.

Младший подростковый возраст характеризуется сохранением учительской фигуры как авторитета в силу переходного этапа от младшего школьного возраста, ведущей деятельностью которого является учебная, к подростковому. Вместе с тем уже могут начинать проявляться симптомы, характерные для подросткового возраста: частая смена настроения, неустойчивая самооценка, появление чувства взрослости и т. д. [3, с. 528–529].

Первым, кто ввел в психологию понятие тревожности, был З. Фрейд. Он описывал тревогу как реакцию Эго в ответ на какую-либо угрозу и, таким образом, способствующую регуляции поведения в условиях опасности [3, с. 530].

Современные исследователи относят тревожность к психическим свойствам, а тревогу к психическим состояниям. При этом считается, что тревожность начинает формироваться как личностная черта в подростковом возрасте, выступая до этого лишь реакцией на ожидание фрустрации, т. е. неудовлетворении базовых потребностей [4, с. 90].

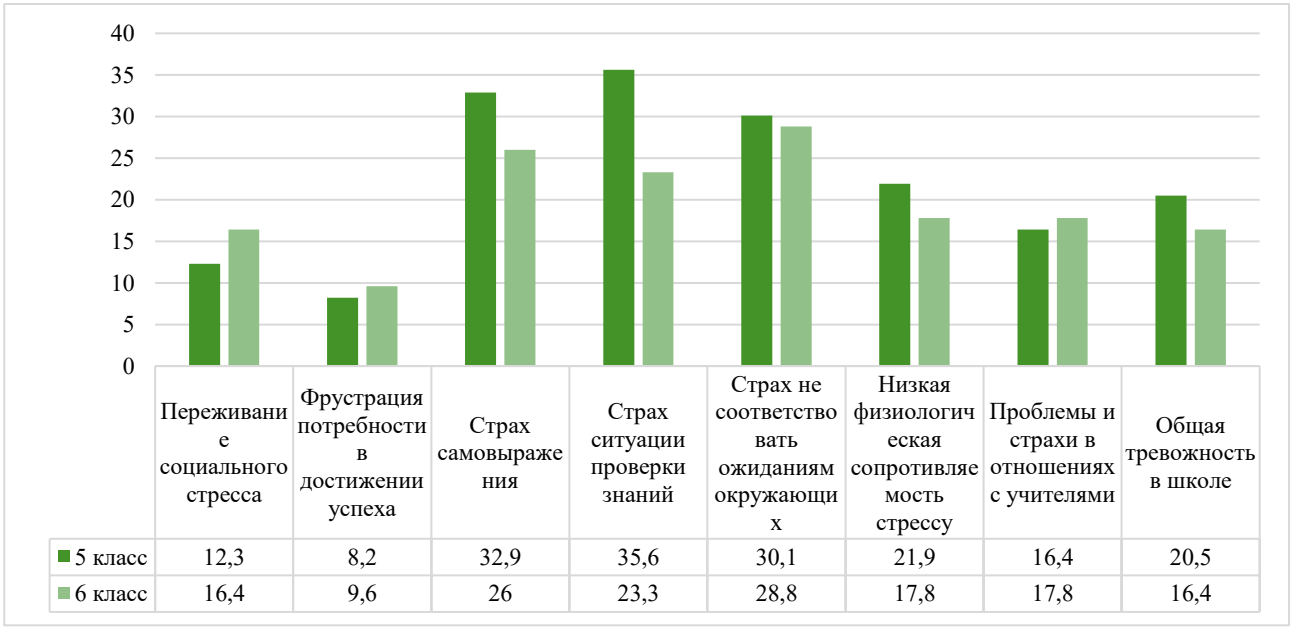
По определению Р. С. Немова, школьная тревожность – это «постоянно или ситуативно проявляемое чувство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [1, с. 10].

Однако уже в младшем подростковом возрасте тревожность может приобретать устойчивые формы, особенно в ситуациях школьного взаимодействия. Так, Л. С. Выготский писал, что уже к кризису 7 лет при потере непосредствен-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ности и внесении интеллектуальной части в переживания, ребенок начинает овладевать логикой чувств, аффективным обобщением – т. е. отдельные эмоциональные реакции могут закрепляться и приобретать устойчивый характер, что позволяет рассматривать школьную тревожность у учащихся 5–6 классов не только как ситуативную реакцию на адаптацию, но и как потенциально устойчивое личностное образование, динамика которого требует специального изучения [2, с. 377].

Для изучения динамики школьной тревожности были взяты результаты исследования детей школьным психологом за 2025–2026 год по методике Ф. Филлипса, а также проведена повторная диагностика тех же классов спустя год. В исследовании приняло участие 73 ребенка в возрасте 10–13 лет. Из них 39 мальчиков и 34 девочки. В коррекционной программе по адаптации в пятом классе принимало участие 8 человек. Проценты проявления исследуемых признаков представлены ниже.



	Переживание социального стресса	Фрустрация потребности в достижении успеха	Страх самовыражения	Страх ситуации проверки знаний	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	Проблемы и страхи в отношениях с учителями	Общая тревожность в школе
5 класс	12,3	8,2	32,9	35,6	30,1	21,9	16,4	20,5
6 класс	16,4	9,6	26	23,3	28,8	17,8	17,8	16,4

Рис. 1. Встречаемость повышенной и высокой тревожности у детей 5 и 6 класса (в%)

Исходя из данных по шкале «переживание социального стресса», в пятом классе у некоторых детей возникали проблемы с эмоциональным состоянием

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

для построения социальных контактов, а в шестом классе количество таких детей несколько увеличилось (16,4% против 12,3%), что может свидетельствовать о начале подросткового кризиса, конфликтов, важности статуса в коллективе.

В пятом классе большее количество детей испытывали страх самовыражения (отвечать у доски, высказывать мнение, публично проявлять себя) и страх ситуации проверки знаний (32,9% и 35,6%), нежели в шестом (результаты снизились до 26% и 23,3%). Это говорит об адаптации к новым условиям: большому количеству новых учителей, предметов, требований, а также о том, что дети становятся более уверенными в своих классных коллективах.

По шкале «страх не соответствовать ожиданиям окружающих» процент проявления снизился всего на 1,3%, что говорит об устойчивой, выраженной ориентации на внешнюю оценку, страхе разочаровать учителей или родителей. Об этом также может свидетельствовать шкала «проблемы и страхи в отношениях с учителями», где результаты выросли на 1,4%, что может быть обособлено не только страхом не соответствовать ожиданиям, но еще и конфликтами с учителями, связанными с начинающимся подростковым максимализмом, чувством взрослости и неспособностью держать себя в руках.

Результаты по шкале «фрустрация потребности в достижении успеха» увеличились на 1,4%. Это может указывать на то, что у части детей есть внутриличностный конфликт между желанием хорошо учиться, быть умным, независимым от взрослых и невозможности по какой-либо причине достичь этого успеха.

В шестом классе результаты по шкале «низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» снизились на 4,1%, что может свидетельствовать о естественной адаптации к средней школе, о накоплении детьми опыта борьбы со стрессовыми факторами, а также с тем, что часть детей прошла коррекционно-развивающую программу в пятом классе. Это могло внести свой вклад в снижение общего уровня напряжения в коллективе.

Таким образом, в пятом классе большое количество детей испытывают страх самовыражения и проверки знаний. К шестому классу постепенно эти

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

страхи начинают меньше волновать детей, также как и общая тревожность в школе (результаты снизились на 4,1%). Динамика носит неоднозначный характер: если тревоги, связанные с учебной деятельностью и публичными ответами, к шестому классу снижаются, то социальный стресс и напряжение в отношениях с педагогами имеют тенденцию к росту, что свидетельствует о начале подросткового кризиса.

Список литературы

1. Блаувельт, Е. И. Итоги экспериментальной работы, направленной на выявление школьной тревожности у младших подростков / Е. И. Блаувельт // «GLOBUS»: Психология и педагогика. – 2021. – Т. 7, № 2 (42). – С. 8–14.

2. Выготский, Л. С. Собрание сочинений : в 6 т. Т. 4. Детская психология / Л. С. Выготский ; под ред. Д. Б. Эльконина. – Москва : Педагогика, 1984. – 432 с.

3. Курочкина, К. А. Исследование психологических характеристик тревожности и уровня успеваемости у пятиклассников / К. А. Курочкина, О. А. Романко // Вестник науки. – 2023. – № 10 (67). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-psihologicheskih-harakteristik-trevozhnosti-i-urovnya-uspevaemosti-u-pyatiklassnikov (дата обращения: 10.10.2026). – Текст : электронный.

4. Тайсаева, С. Б. Особенности взаимосвязи свойств внимания и школьной тревожности пятиклассников в условиях обучения в среднем звене / С. Б. Тайсаева, В. А. Журавлев // Известия Иркутского государственного университета. Серия «Психология». – 2025. – Т. 52. – С. 88–99.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)