

УДК 159.923:371.7

**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТАРШОКЛАСНИКІВ****Валентина ЛЯШЕНКО, Валентина ІВАНЬКО, Світлана МОРОЗОВА***Київський університет ім. Бориса Грінченка, м.Київ, Україна,  
e-mail: v.liashenko@kubg.edu.ua*

**Анотація.** На сьогодні проблема тривожності займає одне з перших місць за проявом у дітей і є актуальною. Таким чином, тривожність являє собою фактор, визначаючий поведінку людини в конкретних, або в широкому діапазоні ситуацій. Статтю присвячено дослідженню тривожності в дітей старшого шкільного віку. Визначено найвищий рівень прояву тривожності серед основних досліджуваних факторів, який належить до «страху самовираження» (31,7%), що потрібно корегувати для успішної адаптації до умов нових навчальних завдань.

**Ключові слова:** тривожність, самооцінка, стрес, фрустрація.

**ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО  
ЗДОРОВЬЯ СТАРШЕКЛАСНИКОВ****Валентина ЛЯШЕНКО,  
Валентина ІВАНЬКО,  
Світлана МОРОЗОВА***Киевский университет им. Бориса Гринченко,  
г. Киев, Украина,  
e-mail: v.liashenko@kubg.edu.ua*

**Аннотация.** На сегодняшний день проблема тревожности занимает одно из первых мест по проявлению у детей и является актуальной. Таким образом, тревожность являет собой фактор, определяющий поведение человека в конкретных, либо в широком диапазоне ситуаций. Статья посвящена исследованию тревожности у детей старшего школьного возраста. Определен наивысший уровень проявления тревожности из основных исследуемых факторов, который относится к «страху самовыражения» (31,7%), что необходимо подвергать коррекции для успешной адаптации к условиям новых учебных задач.

**Ключевые слова:** тревожность, самооценка, стресс, фрустрация.

**MENTAL HEALTH  
OF HIGH SCHOOL STUDENTS****Valentina LIASHENKO,  
Valentina IVANKO, Svetlana MOROZOVA***Boris Grinchenko Kyiv University, Kyiv, Ukraine,  
e-mail: v.liashenko@kubg.edu.ua*

**Abstract.** Today, the problem of anxiety is one of the first places to exercise in children and is one of the most important issues when addressing the psychological health of schoolchildren. The article is devoted to the study of anxiety in children of school age. Defined the highest level of anxiety of the main factors studied, which refers to "fear of expression" (31,7%), which must be subjected to a correction for a successful adaptation to the new learning tasks.

**Keywords:** anxiety, self-esteem, stress, frustration.

**Постановка проблеми.** Здебільшого тривога і тривожність досить інтенсивно і тривало впливають на дитину, перешкоджають формуванню адаптивної поведінки, призводять до порушення поведінкової інтеграції і загальної дезорганізації її психіки та соматичного стану. Слід підкреслити, що тривожність як стійка особистісна риса формується переважно в підлітковому віці [2, 11]. З урахуванням цього, саме старший шкільний вік з його проблемами адаптації найбільш цікавий у плані вивчення специфічних проявів розвитку феномена тривоги-тривожності у зв'язку з завданнями психопрофілактики, психокорекції різних станів дезадаптації, які, як відомо, можуть служити фактором ризику в розвитку соматичної патології. Тому тривога, як і будь-яке інше психічне переживання, безпосередньо пов'язана з провідними мотивами та потребами особистості та покликана регулювати поведінку особистості в потенційно небезпечній ситуації [5].

У сучасному суспільстві проблема тривожності в підлітків є досить актуальною. Це зумовлено тим, що тривожність підлітків негативно впливає на рівень адаптації дітей до життя, заважає навчальному процесу та формуванню особистості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вивчення рівня тривожності дітей старшого шкільного віку виявило, що на сьогодні кількість тривожних дітей збільшилася, діти відрізняються невпевненістю в собі, підвищеним, постійним занепокоєнням, емоційною нестійкістю [4]. Виникнення й закріплення тривожності в дітей пов'язане з незадоволенням їх потреб. Посилення тривожності відбувається за механізмом «замкнутого кола», що призводить до накопичення і поглиблення негативного емоційного досвіду, що зумовлює негативні особистісні оцінки і ступінь емоційних переживань, які сприяють збільшенню і постійності тривожності [3, 9]. Тривожність є неконструктивною якістю, яка спричиняє стан паніки, зневіри. Дитина починає сумніватися у своїх можливостях і силах, а тривога руйнує особистісні структури [10].

Згідно з деякими авторами [2, 6], провідною в юнацькому віці є навчально-професійна діяльність, що виявляється в перевазі вибору навчальних предметів у школі і надалі в професійній підготовці. Психологічний зміст цього етапу пов'язаний з розвитком самосвідомості, розв'язанням завдань професійного самовизначення і початком дорослого життя. У ранній юності формуються пізнавальні і професійні інтереси, потреба в трудовій діяльності, здатність будувати життєві плани, громадська активність. В юнацькому віці остаточно долається властива попереднім етапам онтогенезу залежність від дорослих і затверджується самостійність особистості, тому визначення тривожності та її корекція відіграє важливу роль.

**Мета** – Дослідити рівень тривожності в дітей старшого шкільного віку.

**Матеріали та методи.** Дослідження проводилося в середньо-освітній школі № 8 м. Василькова. У дослідженні брали участь 30 учнів 9–11 класів, батьки яких дали письмову згоду на проведення психологічного тестування. Було сформовано одну загальну групу. Віковий діапазон досліджуваних школярів – 15–17 років. Застосовано методiku «Оцінка рівня шкільної тривожності Філліпса» [11]. Результати було оброблено відповідно до ключа [9].

**Виклад основного матеріалу з аналізом отриманих наукових результатів.** У результаті дослідження, проведеного за методикою «Оцінка рівня шкільної тривожності Філліпса» ми отримали такі результати.

Перший фактор, який ми досліджували – «загальна тривожність у школі». Цей фактор показує загальний емоційний стан дитини, пов'язаний з різними формами його включення в життя школи. Отримані результати розподілилися таким чином: низька тривожність – 56,1% досліджуваних, знижена тривожність – 25%, підвищена тривожність – 19,9%, висока тривожність – 0% досліджуваних (рис. 1)

Другий фактор – «переживання соціального стресу» – демонструє емоційний стан дитини, на фоні якого розвиваються його соціальні контакти (насамперед – з однолітками). Отримані результати розподілилися таким чином: низька тривожність – 12,2% досліджуваних, знижена тривожність – 67,9%, підвищена тривожність – 19,9%, висока тривожність – 0% досліджуваних.

Третій фактор, який ми опрацювали, – «фрустрація потреби в досягненні успіху», характеризується несприятливим психічним фоном, який не дає змоги дитині розвивати свої потреби в успіху та досягненні високого результату. Ми отримали такі дані: низька тривожність – 12,2% досліджуваних, знижена тривожність – 87,8%, підвищена тривожність – 0%, висока тривожність – 0% досліджуваних.

Четвертий фактор, який ми вивчали – «страх самовираження», що проявляється в негативному емоційному переживанні ситуацій, які пов'язані із необхідністю саморозкриття, представлення себе іншим, демонстрації своїх можливостей. Низька тривожність – 12,2% досліджуваних, знижена тривожність – 50%, підвищена тривожність – 31,7%, висока тривожність – 6,1% досліджуваних.

П'ятий фактор, який ми аналізували – «страх ситуації перевірки знань», дитина проявляє негативне ставлення і переживання тривоги в ситуаціях перевірки (особливо – публічної) знань, досягнень, можливостей. Низька тривожність – 50% досліджуваних, знижена тривожність – 37,8%, підвищена тривожність – 6,1%, висока тривожність – 6,1% досліджуваних.

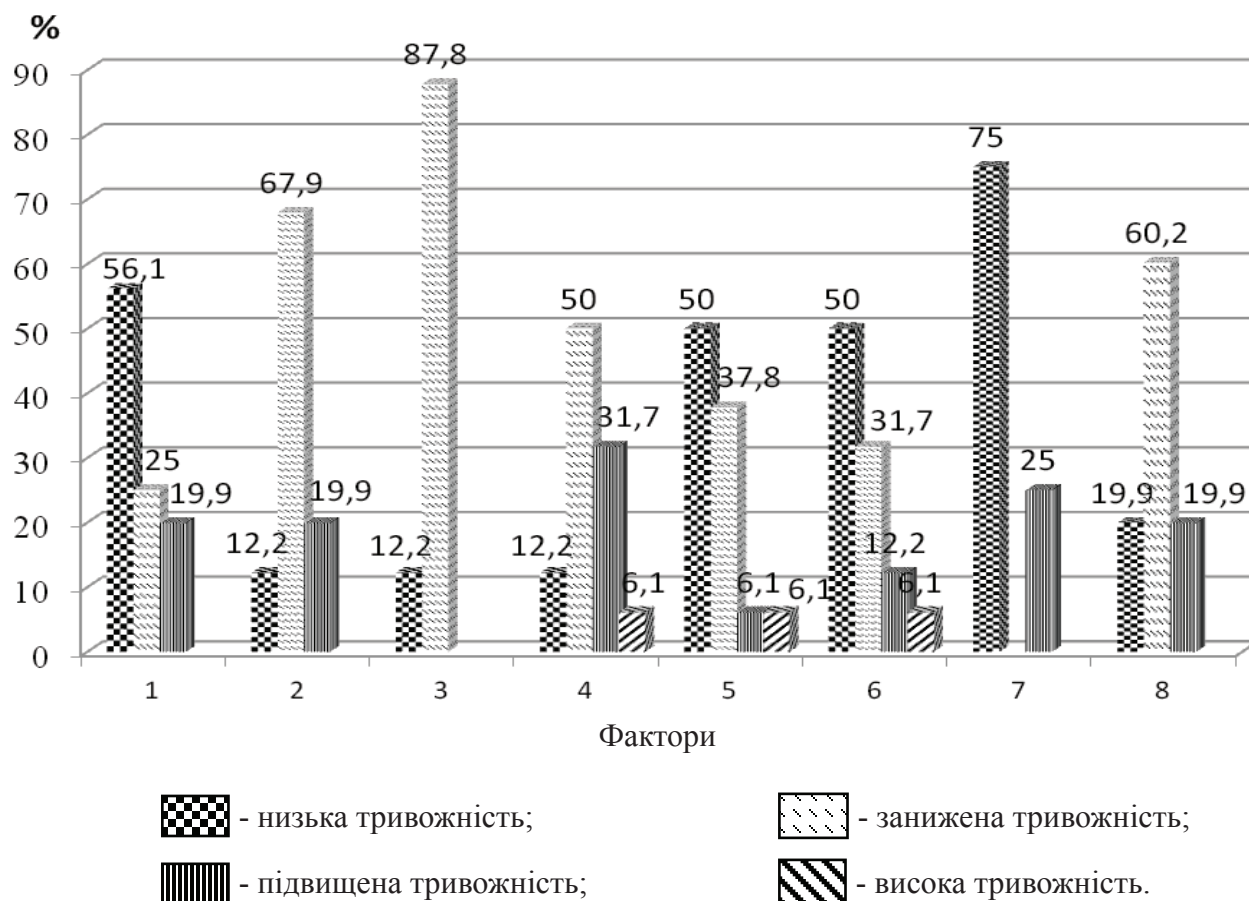


Рис. 1. Результати діагностики рівня шкільної тривожності (за методикою Філіпса), де  
 1 – загальна тривожність у школі; 2 – «переживання соціального стресу»,  
 3 – «фрустрація потреби в досягненні успіху»; 4 – «страх самовираження»;  
 5 – «страх ситуації перевірки знань»; 6 – «страх не відповідати очікуванням оточення»;  
 7 – «низька фізіологічна опірність стресу»; 8 – «проблеми і страхи у відносинах з вчителями»

Шостий фактор – «страх не відповідати очікуванням оточення», цей фактор орієнтується на значущість інших в оцінюванні своїх результатів, вчинків і думок, тривога з приводу оцінок, які дає оточення, очікування негативних оцінок. Низька тривожність – 50% досліджуваних, знижена тривожність – 31,7, підвищена тривожність – 12,2%, висока тривожність – 6,1% досліджуваних.

Сьомий фактор, який ми досліджували, – «низька фізіологічна опірність стресу», проявляється у зниженні пристосованості дитини до ситуацій стресогенного характеру. Низька тривожність – 75% досліджуваних, знижена тривожність – 0, підвищена тривожність – 25, висока тривожність – 0% досліджуваних.

Восьмий фактор, який ми опрацьовували, – «проблеми і страхи у стосунках з учителями», характеризується загальним негативним емоційним тлом стосунків з дорослими в школі, знижує успішність навчання дитини. Отримані результати розподілилися таким чином: низька тривожність – 19,9% досліджуваних, знижена тривожність – 60,2%, підвищена тривожність – 19,9%, висока тривожність – 0% досліджуваних.

**Висновки.** Таким чином, тривожність становить собою фактор який, визначає поведінку людини в конкретних ситуаціях та загалом. Незважаючи на те, що існування феномену тривожності не викликає сумнівів, її прояви в поведінці простежити досить складно. Це пов'язано з тим, що тривожність часто маскується під поведінкові прояви інших проблем, таких як агресивність, залежність і схильність до підпорядкування, облудність, лінощі як результат «вивченої безпорадності», помилкова гіперактивність, відхід у хворобу і т. д. [11].

Проаналізувавши результати дітей старшого шкільного віку за методикою «Оцінка рівня шкільної тривожності Філіпса», можемо зробити такий висновок, що загалом рівень тривожності низький, але за четвертим фактором «страх самовираження» – 31,7% найвищий показник за рівнем тривожності, тобто коли йдеться про самовираження, то багато дітей бояться і замикаються в собі, тим самим не проявляють свої здібності, знання, творчий потенціал. Це може бути пов'язано з низькою самооцінкою, з відчуттям, що ти не такий як всі, та через недостатню увагу з боку батьків.

### Список літератури

1. Вилюнас В. К. Психология эмоций: хрестоматия / Вилюнас В. К. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 496 с.
2. Волков Б. С. Психология подростка : учеб. пос. / Волков Б. С. – Москва : Академический Проект, Гаудеамус, 2005. – 208 с.
3. Вострокнутов Н. В. Школьная дезадаптация: ключевые проблемы диагностики и реабилитации / Вострокнутов Н. В. // Школьная дезадаптация: эмоциональные и стрессовые расстройства у детей и подростков : сб. – Москва : 1995. – С. 8–11.
4. Дьяченко М. И. Психология высшей школы / Дьяченко М. И., Кандыбович Л. А., Кандыбович С. Л. – Минск, 2006. – 395 с.
5. Зимняя И. А. Педагогическая психология / И. А. Зимняя. – Москва : Логос, 2004. – 384 с.
6. Костина Л. М. Методы диагностики тревожности / Л. М. Костина. – Санкт-Петербург, 2002. – 213 с.
7. Максименко С. Д. Развитие психики в онтогенезе : [в 2 т.] / Теоретико-методологические проблемы генетической психологии / С. Д. Максименко. – Киев : Форум, 2002. – 319 с.
8. Исследование особенностей проявления тревожности на разных этапах подросткового возраста [Электронный ресурс] // Молодежный научный форум : Гуманитарные науки : электр. сб. ст. по материалам I студ. междунар. заочной науч.-практ. конф. – Москва, 2013. – № 1. – Режим доступа. – URL: [https://nauchforum.ru/archive/MNF\\_humanities/1.pdf](https://nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/1.pdf)
9. Розе А. В. Профилактика тревожности у детей старшего дошкольного возраста (результаты научно-экспериментальной работы) / А. В. Розе // Научное товарищество студентов XXI столетия. Серия: Гуманитарные науки : сб. ст. за материалами XXXIII Междунар. студ. науч.-практ. конф. – Режим доступа URL: [http://sibac.info/archive/guman/6\(33\).pdf](http://sibac.info/archive/guman/6(33).pdf).
10. Прихожан А. М. Формы и маски тревожности. Влияние тревожности на деятельность и развитие личности / А. М. Прихожан // Тревога и тревожность. – Санкт-Петербург, 2001. – С. 143–156.
11. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / Прихожан А. М. – Москва : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : МОДЭК, 2000. – 304 с.

*Стаття надійшла до редколегії 11.04.2017*

*Прийнята до друку 20.04.2017*

*Підписана до друку 28.04.2017*