

Е.Н. Сирина, В.И. Кошелева, Т.Б. Сергеева

E.N. Sirina, V.I. Kosheleva, T.B. Sergeeva

ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия

Russian State Professional Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Liza-s@e1.ru, sss21593@mail.ru, tamara.2005@mail.ru

**Исследование уровня тревожности юношей и девушек,
обучающихся в профильных классах лицея
The research of anxiety level of boys and girls,
studying in the specialized classes of the Lyceum**

Аннотация. Статья посвящена проблеме различий в проявлении тревожности юношей и девушек, обучающихся в десятых профильных классах лицея. Обсуждаются результаты пилотажного эмпирического исследования, показавшего, что тревожность девушек значительно выше, чем юношей.

Annotation. The article deals with the problem of differences in the manifestation of anxiety in boys and girls, who are in tenth grade of specialized classes of Lyceum. The results of the pilot empirical study, which showed that the anxiety of girls is significantly higher than boys', are discussed.

Ключевые слова: тревожность, юношеский возраст, гендерные различия, профильный класс

Key words: anxiety, youthful age, gender differences, specialized class.

Ритм современной жизни ставит перед человеком постоянно меняющуюся цепь задач, необходимость эффективного решения которых даже у взрослого, продуктивного человека вызывает чувство тревоги, неуверенности в своих силах и порождает угрозы психическому здоровью и целостности личности. В возрасте ранней юности тревога и беспокойство закономерно повышаются: старшеклассники должны решить сложные возрастные задачи по

выбору дальнейшего жизненного пути, при этом в учебном процессе они подвергаются физическим и информационным перегрузкам. Данная статья посвящена проблеме различий в проявлении тревожности юношей и девушек, обучающихся в профильном классе лицея.

Р.С. Немов определяет тревожность как свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях [2].

В.М. Астапов предлагает рассматривать две группы факторов, повышающих уровень тревожности – субъективные и объективные. К субъективным факторам относятся такие индивидуально-психологические особенности, как высокий уровень нейротизма, неуравновешенность нервно-психических процессов, преобладание негативных эмоций. Объективные факторы – это внешние причины, связанные с выполнением трудовой или учебной деятельности, например, неблагоприятный психологический климат в коллективе, информационные перегрузки, утомляемость из-за неудобного графика работы, однообразие рабочего дня, повышенная ответственность за результаты труда и т.д. [7].

В дифференциальной и гендерной психологии в числе факторов, определяющих уровень тревожности, особо выделяется пол человека. В исследованиях Л.П. Баданиной, Т.В. Бенлас, С. Фиск, А. Фейнгольд и др. изучалась тревожность лиц разных возрастов, социально-профессиональных статусов и национальностей, и все авторы приходят к общему выводу – женщины тревожнее мужчин.

Причины тревожности специфичны для разных возрастов. В рамках анализа проблемы тревожности обучающихся интересно исследование А.Н. Нехорошковой и А.В. Грибанова, которые отмечают, что в возрасте 6-7 лет главную роль в возникновении тревожности играет адаптация к школе, в младшем подростковом – общение со взрослыми (родителями и учителями), в старшем подростковом – общение со сверстниками, в ранней юности –

отношение к будущему и проблемы, связанные с отношениями полов. Субъективное неблагополучие ребенка в этих областях, на фоне слабости психодинамики нервных процессов и будет являться причиной формирования и закрепления личностной тревожности у детей [3].

В рамках нашего исследования в качестве факторов, связанных с тревожностью, рассматриваются пол, возраст и характер учебной деятельности. В эмпирическом пилотажном исследовании тревожности приняли участие учащиеся 10 класса МБОУ «Лицей № 5» г. Камышлов (всего 40 человек).

МБОУ «Лицей № 5» развивается как полифункциональное общеобразовательное учреждение, интегрирующее базовое, профильное и дополнительное образование. Целью образовательного процесса лицея провозглашается формирование личности школьника путем развития его интеллектуальной активности, духовной, физической и правовой культуры в условиях требований, предъявляемых к современному образованию.

В лицее реализуются:

- ✓ основная образовательная программа начального общего образования;
- ✓ основная образовательная программа основного общего образования;
- ✓ основная образовательная программа среднего общего образования;

В старших классах (10, 11 класс) лицея ведется профильное обучение, с углубленным изучением определенных предметов. Подготовка школьников к профильному обучению начинается с 8 класса. Школьники выбирают те предметы, которые хотели бы изучать и дополнительно посещают факультативы по выбранным предметам. На сегодняшний день открыто 2 класса:

- ✓ физико-математический класс с углубленным изучением математики, физики и дополнительных предметов (теоретическая и прикладная

физика, квантовая физика и т.д.), в котором школьников готовят к поступлению в технические ВУЗы, колледжи.

✓ естественнонаучный класс (медицинский) с углубленным изучением химии и биологии и дополнительных предметов (превентивная медицина, анатомия, молекулярная химия и т.д.), в котором школьников готовят для поступления в медицинские академии, колледжи.

Во время обучения в определенном классе ученик получает возможность попробовать себя в различных профессиях. Лицей сотрудничает со многими организациями города, включая медицинские и технические предприятия. На протяжении шести месяцев школьник может раз в неделю посещать интересующую его организацию, тем самым попробовать себя в той или иной профессии. После окончания таких курсов школьнику выдается сертификат на базе организации.

Таким образом, график учебного процесса у старшеклассников довольно напряженный, требует от них мобилизации всех индивидуальных ресурсов и самосохранения психического и физического здоровья.

В эмпирическом исследовании ставились задачи оценки оптимальности уровня тревожности старшеклассников и сравнения уровня тревожности юношей и девушек. При этом мы разделяем мнение авторов, утверждающих, что, начиная со старшего подросткового возраста, тревожность начинает выполнять не только дезорганизующую, но и мобилизующую функцию в деятельности [4, 5, 6]. Некоторый уровень тревожности необходим старшеклассникам для адекватного отношения к учебной деятельности и успешному решению задач личностного и профессионального самоопределения.

Испытуемые являлись учениками разных профилей, участвовали школьники из физико-математического и естественнонаучного классов. Возраст испытуемых составлял 16 – 17 лет. Выборка была равноценна по полу: 20 – девушек и 20 – юношей. Время проведения тестирования 14 ноября 2015 г.

Каждому испытуемому предлагался тест «Измерение уровня тревожности», разработанный А. Тейлором в 1991 году.

Ниже представлены выявленные уровни тревожности у юношей и девушек.

Девушки:

Очень высокий	5%
Высокий	45%
Средний (с тенденцией к высокому)	25%
Средний (с тенденцией к низкому)	20%
Низкий	5%

Юноши:

Очень высокий	0 %
Высокий	10%
Средний (с тенденцией к высокому)	10%
Средний (с тенденцией к низкому)	55%
Низкий	25%

Сравнительный анализ уровня тревожности юношей и девушек с помощью t-критерия Стьюдента подтвердил наличие достоверных различий на уровне значимости $p < 0,001$. Уровень тревожности девушек значительно выше, чем юношей. Возможно, это связано с тем, что девочки уже в этом возрасте задумываются о дальнейших этапах своей жизни: о выборе профессиональной деятельности, учебного заведения, задаются вопросами тайм-менеджмента. В связи с нехваткой времени девушки находятся в постоянном напряжении, и это может как ничто другое влиять на повышенную тревожность. Юноши же в 10-х классах еще нечетко осознают, что им нужно определяться с выбором профессии и чаще всего осознание этого приходит поздно. Помимо профессионального аспекта у юношей меньше переживаний в межличностных отношениях, нежели у девушек. При ссорах и разногласиях девушки переживают конфликтные ситуации сложнее, чем юноши.

Полученные результаты демонстрируют, что у 50% девушек и 25% юношей уровень тревожности нельзя считать оптимальным. Слишком высокая тревожность девушек может оказывать негативное дезорганизирующее влияние на результаты учебно-профессиональной деятельности и межличностные отношения. Низкая тревожность юношей может проявляться в безразличии к основной деятельности и неготовности осуществить осознанный и ответственный профессиональный выбор.

Соответственно с учетом гендерной специфики должны выстраиваться и программы психолого-педагогической коррекции тревожности в юношеском возрасте. Для девушек будут актуальны тренинги эмоциональной саморегуляции, тайм-менеджмента, коммуникативный тренинг. Для юношей более полезными будут техники самофутурирования в профессию, планирования своей профессиональной биографии для активизации профессионального и личностного самоопределения, осознания ответственности за свой выбор и психическое и физическое здоровье в целом.

Исследование предполагается продолжить в направлении сравнения уровня тревожности старшеклассников, обучающихся в непрофильных общеобразовательных классах и классах разного профиля, а также планируется разработка мероприятий по коррекции тревожности.

Список литературы

1. Баданина Л.П. Соотношение психологических и нейропсихологических коррелятов эмоциональной неустойчивости у младших школьников: Автореф. дис. канд. психол. наук. [Текст]. СПб., 1996. 42 с.
2. Немов Р.С. Психология [Текст]. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2007. 608 с.
3. Нехорошкова А.Н., Грибанов А.В. Тревожность у детей: причины и особенности проявления [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 5. Режим доступа: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=14720> (дата обращения: 04.04.2016).

4. Нехорошкова А.Н., Грибанов А.В., Депутат И.С. Взаимосвязь качественных параметров интеллектуальных и зрительно-моторных тестов у тревожных детей [Текст] // Вестник САФУ. Серия «Медико-биологические науки». 2013. № 1. С. 46–54.
5. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика [Текст]. Воронеж: НПО «МОДЕК», 2007. 304 с.
6. Савина Е., Шанина Н. Тревожные дети [Текст] // Дошкольное воспитание. 1996. № 4. С. 11–14.
7. Тревога и тревожность. Хрестоматия / под ред. В.М. Астапова [Текст]. М.: ПЕР СЭ, 2008. 240 с.