

Исакова Т.Н.

г. Ирбит

Особенности тревожности при расхождении самооценки и уровня притязаний

Проблема тревожности занимает особое место в научном знании. Ей посвящено значительное количество исследований, не только в психологии, но и в медицине, физиологии, психиатрии, биохимии, философии, социологии. Состояние тревожности оказывает неоднозначное воздействие на эффективность деятельности человека – как мобилизирующий, так и дезорганизирующий. Поэтому, при оценке состояния проблемы тревожности в психологической науке отмечаются две взаимоисключающие тенденции. С одной стороны, ссылки на неразработанность и неопределенность, многозначность и неясность самого понятия «тревожность» как за рубежом, так и в нашей стране. С другой стороны, между исследователями существует согласие по ряду основных моментов, позволяющих очертить некоторые «общие контуры» тревожности: рассмотрение ее в соотношении «состояние-свойство», понимание функций состояния тревоги и устойчивой тревожности.

В отечественной психологии тревожность на разных возрастных этапах исследуется преимущественно в узких рамках конкретных, прикладных проблем: школьная, экзаменационная, соревновательная, компьютерная тревожность и др.

В нашей работе мы опираемся на литературные данные Ч.Д. Спилбергера и изучаем тревожность в соотношении «состояние-свойство» - как ситуативную, так и личностную. Данных об изучении тревожности, как устойчивого личностного образования на разных этапах детства в науке не достаточно. Вопрос о причинах повышения тревожности остается открытым. Поэтому, *актуальность исследования*

заключается в том, что мы рассматриваем тревожность как личностное образование и предполагаем причину ее возникновения и закрепления – тип соотношения уровней самооценки и притязаний.

Объектом исследования является тревожность учащихся с различным соотношением самооценки и уровня притязаний.

Предметом – особенности тревожности учащихся при расхождении уровней самооценки и притязаний.

Цели исследования: 1) выявить особенности тревожности учащихся при расхождении самооценки и уровня притязаний; 2) выявить половые особенности тревожности.

В соответствии с целью и гипотезой исследования при сопоставлении уровней характеристик самооценки и уровня притязаний нами были выделены три подвыборки участников исследования: 1) с согласованием самооценки и уровня притязаний; 2) с расхождением самооценки и уровня притязаний в сторону увеличения самооценки; 3) с расхождением личностных образований в сторону увеличения уровня притязаний.

В зависимости от типа соотношения самооценки и уровня притязаний, свойственно типичное состояние эмоциональной напряженности, обусловленное ситуацией исследования, а также учащиеся склонны испытывать тревогу на высоком уровне не зависимо от силы угрожающего фактора. А при сравнении выделенных нами групп подтверждено предположение о влиянии расхождения самооценки и уровня притязаний на уровень тревожности. Уровень личностной тревожности учащихся старших классов при расхождении самооценки и уровня притязаний в сторону увеличения самооценки выше, чем с согласованием указанных личностных образований;

Отличительная черта учащихся – установка на «перестраховку» (Я. Рейковский). Более низкое целеуказание по сравнению с самооценкой

избавляет субъекта от возможного неуспеха в решении задач, но не обеспечивает в реальности желаемого успеха. Избегая одной негативной ситуации, он попадает в другую – ситуацию, связанную с накоплением достижений на нерелевантном для него уровне, с последующей неудовлетворенностью достигнутым, с возможными негативными оценочными суждениями значимых людей (родителей, учителей), что ведет к нагнетанию личностной тревожности;

Следующей задачей исследования было изучение взаимосвязей тревожности с самооенкой и уровнем притязаний. Корреляционный анализ проводился отдельно в группах с разными типами соотношения самооенки и уровня притязаний. Обнаруженные взаимосвязи подтвердили выявленные нами особенности тревожности. В условиях согласования самооенки и уровня притязаний предрасположенность учащихся старших классов к тревоге вне зависимости от силы угрожающего фактора имеет тенденцию к возрастанию; в условиях расхождения самооенки и уровня притязаний при возрастании стремления девушек к достижению целей нереально высокой степени сложности эмоциональная напряженность имеет тенденцию к возрастанию. В группе юношей такой взаимосвязи не обнаружено.

Таким образом, гипотеза исследования нашла эмпирическое подтверждение. Действительно у девушек тревожность выше, по отношению проявления тревожности юношами; при расхождении самооенки и уровня притязаний происходит рост личностной тревожности.

На основе изучения тревожности при расхождении самооенки и уровня притязаний полученные исследовательские данные позволили нам составить программу психокоррекционной работы с учащимися старших классов, отличающихся повышенной тревожностью. Нами определены специфические принципы, цели, задачи, методы и техники

психокоррекционной работы, направленные на гармонизацию соотношения рассматриваемых образований.

Проведенное исследование тревожности при расхождении самооценки и уровня притязаний позволяет сформулировать основные выводы.

1. Теоретический анализ подходов к изучению тревожности показал, что:

- ψ исследование проблемы тревожности находится в узких рамках;
- ψ конкретных, прикладных проблем (школьная, экзаменационная, соревновательная, компьютерная тревожность и др.) и представлений о линейной, однонаправленной зависимости (характер эмоциональных отношений в семье; опыт общения);
- ψ тревожность имеет половозрастную специфику и связана с решением той или иной возрастной задачи развития. Тревожность как устойчивая личностная черта формируется только в подростковом возрасте. До этого она является функцией ситуации. У 15-17-летних происходит резкое повышение тревожности, но у девушек тревожность выше, по отношению проявления тревожности юношами (А.М.Прихожан, 1992-1994). Тревожность может выполнять как мобилизующую роль, связанную с повышением эффективности деятельности так и вызывать дезорганизацию поведения по принципу «выученной беспомощности»;
- ψ тревожность неоднородна и она вызывается различными причинами и проявляется в различных формах. Факторов, обуславливающих тревожность выделяется много, среди них – неблагоприятный тип соотношения самооценки и уровня притязаний - расхождение высотных параметров указанных образований (А.М.Прихожан, Л.В.Бороздина, К.Р.Сидоров). На

основании литературных данных нами была сформулирована исследовательская гипотеза.

2. При проведении эмпирического исследования тревожности учащихся старших классов, средний возраст которых 15 лет, выявлен умеренный средний уровень ситуативной тревожности и высокий уровень личностной тревожности. Аналогичное поведение тревожности выявлено и в группах с различным соотношением самооценки и уровня притязаний.

Особого внимания заслуживают обнаруженные нами половые различия и различия по уровню тревожности между группами в зависимости от типа соотношения самооценки и уровня притязаний. Поэтому, выделим следующие особенности тревожности:

- ψ уровень личностной тревожности девушек – как постоянной черты характера, проявляющейся в склонности испытывать тревогу в не зависимости от силы угрожающего фактора выше, чем у юношей;
- ψ при сравнении выделенных нами группы подтверждено предположение о влиянии расхождения самооценки и уровня притязаний на уровень тревожности. Уровень личностной тревожности учащихся старших классов при расхождении самооценки и уровня притязаний в сторону увеличения самооценки выше, чем с согласованием указанных личностных образований.

Исследование взаимосвязей в группах в зависимости от типа соотношения самооценки и уровня притязаний подтвердило выявленные нами особенности тревожности:

- ψ при возрастании эмоциональной напряженности всех учащихся старших классов, девушек и юношей в отдельности, а также в условиях согласования самооценки и уровня притязаний предрасположенность учащихся старших классов к тревоге вне

зависимости от силы угрожающего фактора имеет тенденцию к возрастанию;

- ψ в условиях расхождения самооценки и уровня притязаний при возрастании эмоциональной напряженности учащихся старших классов их предрасположенность к тревоге вне зависимости от силы угрожающего фактора имеет тенденцию к возрастанию.

Таким образом, гипотеза исследования, выдвинутая нами ранее, нашла эмпирическое подтверждение.

На основе полученных результатов исследования была разработана программа психокоррекционной работы с тревожными старшеклассниками.

3. Психокоррекция тревожности старшеклассников, особенно, актуальна, т.к. устойчивым личностным образованием она становится в подростковом возрасте и ранней юности (А.М.Прихожан). Поэтому, целью программы психокоррекционной работы является создание условий для снижения тревожности у детей старшего подросткового возраста и ранней юности до уровня «мобилизующей» тревоги.

Для достижения данной цели мы предлагаем реализовать три этапа:

1) *подготовительный* – включает в себя психодиагностику и психологическое консультирование родителей и педагогов;

2) *основной* – предполагает групповую работу, в которой главное внимание нужно уделить развитию и укреплению Я-концепции старшеклассников, их отношению к себе, конструктивному разрешению возникающих у них внутренних конфликтов;

3) *завершающий* – включает контрольную диагностику и консультации с родителями и педагогами по результатам работы.

Для проведения психодиагностики на подготовительном и завершающем этапе можно использовать комплекс методик: методика исследования ситуативной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера;

методика исследования самооценки личности С.А. Будасси; исследование уровня притязаний по методике Й. Шварцландера.

К ожидаемым результатам мы относим снижение личностной тревожности учащихся старших классов, а также при условии расхождения самооценки и уровня притязаний; формирование устойчивой положительной самооценки в соответствии с целеполаганием; развитие культуры общения.

Теоретический анализ, экспериментальное исследование тревожности показали, что тревожность рассматривалась как самостоятельное образование. Тревожность, включившись в структуру личности, оказывает влияние и на развитие других личностных образований, и на саму себя.

Карпова Н.И.

г.Ирбит

Формирование партнерского общения

Общение занимает в жизни каждого человека важную роль, но в подростковом и юношеском возрасте оно выходит на первое место.

Современный ребенок во многом представляет собой явление незнакомое и требующее изучения. Каждое новое поколение обладает своей особенностью, так как воспитывается в специфически социальных условиях. Кризисные явления в политике, экономике в сфере отношений, в том числе в семье, большой поток негативной информации, разрушение детской субкультуры, игровых традиций ограничение коммуникативных связей между людьми, напряженный ритм сегодняшней жизни снижают социальную активность детей, их стремление узнавать новое, пробовать себя в различных видах деятельности. Поэтому взрослым *очень* важно