

Министерство образования и науки Российской Федерации

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра педагогики и психологии  
профессионального образования

**ВЗАИМОСВЯЗЬ УСПЕШНОСТИ В УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
И УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ПОДРОСТКОВ**

**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 4 курса группы 412

направления 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»

Института дополнительного профессионального образования

**Бирюковой Ирины Николаевны**

Научный руководитель:  
доцент кафедры  
педагогики и психологии  
профессионального  
образования ИДПО СГУ,  
к.пед.н., доцент

Т.Н. Черняева

Зав. кафедрой  
к.пед.н., доцент

В. А. Ширяева

Саратов 2018

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.** Одной из актуальных проблем современного общества является тревожность. Это обусловлено увеличением числа «тревожных» подростков. Такие подростки отличаются неуверенностью, беспокойством, эмоциональной неустойчивостью. Повышенная тревожность не только негативно влияет на учебную деятельность, но и на психическое состояние подростка. Из-за стремления избегать тревожных ситуаций подросток утрачивает инициативность, решительность, подавляет собственную креативность и способность рисковать. Он не стремится к самовыражению и в процессе учебной деятельности выбирает заниженные цели и задачи, тем самым снижается успеваемость. Вследствие этого одной из важных задач повышения эффективности учебной деятельности является создание психологического климата и соответствующие условия обучения.

По мнению многих исследователей (В. М. Астапова, В. А. Бекеева, Л. И. Божович и др.), трудности в учебной деятельности возникают из-за индивидуальных особенностей подростков. Несмотря на то, что проблеме тревожности посвящено большое количество работ (А. М. Прихожан, Ч. Спилберга, З. Фрейда, К. Хорни. и др.) количество тревожных подростков, к сожалению, не уменьшается [2, 4,18,25,28,30].

В связи с вышеизложенным была определена тема исследования *«Взаимосвязь успешности в учебной деятельности и уровня тревожности подростков»*.

**Цель исследования:** Изучить теоретические и методические аспекты взаимосвязи успешности в учебной деятельности и уровня тревожности подростков среднего профессионального образования и на этой основе определить методические возможности по снижению тревожности в подростковом возрасте.

**Объект исследования:** личность подростка в учебной деятельности.

**Предмет исследования:** взаимосвязь личностной тревожности и успеваемости подростков.

**Гипотеза исследования:** Психолого-педагогическое сопровождение подростков, включающее комплекс мероприятий, направленных на развитие у обучающихся снижения личностной и ситуативной тревожности и улучшить их учебную деятельность.

Опираясь на выдвинутые цель и гипотезу исследования, были сформулированы следующие *задачи*:

1. Провести теоретические исследования по проблемам личностной тревожности.
2. Выявить психологические факторы, которые определяют влияние личностной тревожности на успеваемость подростков.
3. Разработать и апробировать программу психолого-педагогического сопровождения подростков для снижения ситуативной и личностной тревожности и улучшения учебной деятельности.
4. Провести анализ результатов апробации программы, сформулировать выводы исследования.

#### **База и этапы исследования ВКР.**

Исследование проводилось в 2017 году на базе ГАПОУ СО «Саратовский техникум отраслевых технологий» г. Саратова. Принимали участие 40 подростков (студенты 1, 2 курса); педагоги.

### **КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

В первой главе - «Теоретическое обоснование феномена тревожности» - рассматривается понятие тревожности, психологические особенности подросткового возраста, специфика организации учебного процесса в среднем профессиональном образовательном учреждении, рассматривается понятие учебной успешности.

Во второй главе - «Эмпирическое исследование взаимосвязи успешности в учебной деятельности и уровня тревожности подростков» - приводятся результаты эмпирического исследования и рекомендации педагогам по успешному обучению студентов с различным уровнем тревожности. В заключении сформулированы результаты и выводы по выполненной работе. В приложении представлены проведенные опрос и анкеты.

Для изучения взаимосвязи успешности учебной деятельности и уровня тревожности подростков, наше исследование проходило в следующие этапы:

На первом этапе происходил отбор и обоснование методов диагностики; формирование выборки исследования. Осуществлялась процедура констатирующей диагностики.

Формирующий этап предполагал выполнение процедуры формирующего воздействия в группе исследования «А».

Заключительный этап исследования был направлен на осуществление процедуры контрольной диагностики в исследуемых группах «А» и «Б». В эмпирическом исследовании приняли участие 40 студентов ГАПОУ СО «Саратовский техникум отраслевых технологий» 1-2 курса технического профиля, профессия «Машинист крана (крановщик)» в возрасте 15-17 лет. Эмпирическое исследование проводилось в течение 6 месяцев.

После завершения формирования групп нами был произведен сравнительный анализ успеваемости, качества знаний предметов общеобразовательного цикла в группах «А» и «Б».

Определено, что в выборке итогов успеваемости за 1 семестр групп «А» и групп «Б» имеет примерно равные показатели.

Диагностики особенностей социально-психологической адаптации нами была использована методика Роджерса-Даймонда. Результаты диагностики представлены в таблице 2.

Таблица 1 – Результаты сравнительного анализа успеваемости, качества знаний

№	Предмет	% успеваемости		% качества знаний		Средний балл	
		Группа «А»	Группа «Б»	Группа «А»	Группа «Б»	Группа «А»	Группа «Б»
1.	Русский язык	85	80	30	20	3,15	3,50
2.	Литература	90	90	25	30	3,20	3,15
3.	Математика	75	80	15	25	2,75	2,85
4.	История	90	85	35	25	3,20	3,05
5.	Обществознание	80	85	30	35	3,05	3,20
6.	Иностранный язык	75	80	15	30	2,75	3,10

Таблица 2 – Результаты диагностики социально-психологической адаптации на констатирующем этапе исследования

	Адаптация	Самопринятие	Принятие других	Эмоциональная комфортность	Интеральность	Стремление к доминированию
Группа «А»	44%	15%	57%	34%	47%	30%
Группа «Б»	40%	13%	59%	35%	50%	30%

Результаты диагностики показателей ситуативной и личностной тревожности представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты диагностики показателей ситуативной и личностной тревожности на констатирующем этапе исследования.

	А группа				Б группа			
	Личностная тревожность		Ситуативная тревожность		Личностная тревожность		Ситуативная тревожность	
	абс.ч.	в %	абс.ч.	в %	абс.ч.	в %	абс.ч.	в %
низкий	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
средний	0	0%	4	20%	3	15%	3	15%
высокий	20	100%	16	80%	17	85%	17	85%

В ходе диагностики определено, что большинство участников как «А» группы (100%), так и «Б» группы (85%) характеризуются высоким уровнем

личностной тревожности. Тенденция к повышенному уровню ситуативной тревожности выявлена у 16 участников «А» группы (80%), а также у 17 участников «Б» группы (85%).

Проведения диагностики ситуативной и личностной тревожности проводилось с использованием методики Спилбергера-Ханина.

Таблица 4 – Результаты диагностики ситуативной и личностной тревожности проводилось с использованием методики Спилбергера-Ханина

Группа «А»			Группа «Б»		
№ участника	ТС	ТЛ	№ участника	ТС	ТЛ
1	25	28	1	46	50
2	48	49	2	58	64
3	34	39	3	65	70
4	47	48	4	21	24
5	49	50	5	69	73
6	51	54	6	56	62
7	51	56	7	36	40
8	54	58	8	56	63
9	38	43	9	62	65
10	60	63	10	40	43
11	54	57	11	63	68
12	27	29	12	62	67
13	61	64	13	62	65
14	65	67	14	70	75
15	63	66	15	25	27
16	67	70	16	59	64
17	52	54	17	57	62
18	52	55	18	58	65
19	46	49	19	60	67
20	47	48	20	41	45

При проведении анализа результатов было учтено, что общий итоговый показатель по каждой из подшкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом, чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной). При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности:

Уровень тревожности до 30 баллов считается низким, от 30 до 45 баллов - умеренным, от 46 баллов и выше - высоким. Минимальная оценка по каждой шкале - 20 баллов, максимальная - 80 баллов.

В ходе диагностики определено, что большинство участников как «А» группы (100%), так и «Б» группы (85%) характеризуются высоким уровнем личностной тревожности. Тенденция к повышенному уровню ситуативной тревожности выявлена у 16 участников «А» группы (80%), а также у 17 участников «Б» группы (85%).

Итоговая диагностика тревожности проводилась по методике «Шкала личной тревожности» А. М. Прихожан разработанная по принципу «Шкалы социально-ситуационного страха, тревоги» О. Кондаша. (Форма Б)

Таблица 5 – Результат проверки уровня школьной тревожности на констатирующем этапе исследования

Группа	Кол-во тестируемых	Высокий уровень тревожности	Средний уровень тревожности	Низкий уровень тревожности
«А»	20	9	9	2
«Б»	20	7	11	2

По итогам суммы баллов высокая тревожность наблюдается у 16 подростков и составляет 40 % от общего числа тестируемых. Средний уровень тревожности наблюдается у 20 обучающихся – 50%, 4 человек – 10 % имеют низкий уровень тревожности.

По итогам полученных результатов, мы можно сделать вывод, что школьная тревожность присутствует у всех респондентов, что говорит о важности учебной деятельности в жизни подростка. У многих опрошенных наблюдается заниженная самооценка, неуверенность в своих силах. Так же присутствует межличностная тревожность и магическая тревожность.

Повышенная тревожность вызвана недостатком доверия со стороны взрослых. Наблюдается собственная заниженная самооценка. У многих

тестируемых прослеживается беспокойство и неуверенность во взаимоотношениях со сверстниками.

Особого внимания требуют, прежде всего, студенты с высоким уровнем тревожности. Подобная тревожность может порождаться либо реальным неблагополучием подростка в наиболее значимых областях деятельности и общения, либо существовать, вопреки объективно благополучному положению, являясь следствием определенных личностных конфликтов, нарушений в развитии самооценки.

В ходе проверки достоверности различий показателей ситуативной и личностной тревожности у участников «А» и «Б» группы было определено, что две группы исследования на статистически достоверном уровне не различаются по изучаемым показателям ситуативной и личностной тревожности.

Таким образом, на основании результатов констатирующей диагностики можно заключить, что для групп «А» и «Б» характерным является сниженный уровень адаптированности, низкий уровень эмоциональной комфортности, самопринятию, повышенный уровень ситуативной и личностной тревожности, а также сниженный уровень общительности. В «Б» и «А» группах различия по изучаемым показателям не выявлены, что позволяет говорить об эквивалентности «Б» и «А» групп исследования.

Полученные в ходе исследования данные убедительно свидетельствуют о том, что в качестве наиболее выраженных социально-психологических аспектов выступает повышенный уровень ситуативной и личностной тревожности, сниженный уровень адаптированности, самопринятия, эмоциональной комфортности, а также выраженное снижение общительности. Данные обстоятельства обуславливают значимость целенаправленной формирующей учебной деятельности, направленной на компенсацию неблагоприятных тенденций, в первую очередь на уровень успеваемости подростков.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**



Теоретическое исследование по проблеме влияние личностной тревожности на успеваемость подростков позволило сформулировать следующие выводы:

Виды, уровни, категории и компоненты тревожности рассмотренные в на примере подросткового возраста, возникают и закрепляются как устойчивое образование в связи с неудовлетворением ведущих потребностей возраста, приобретающих не насыщаемый характер по гипертрофированному типу. Тревожность, возникающая вследствие травматического стресса, закрепляется в качестве личностного образования при наличии указанных характеристик потребностей и внутренних конфликтов.

Тревожность и ее особенность в подростковом возрасте характеризуется эмоциональной неустойчивостью и резкими колебаниями настроения; подростки наиболее тревожны в отношениях с одноклассниками и родителями; уровень тревожности подростков зависит от степени самооценки.

Взаимосвязь между уровнем личностной тревожности и успеваемостью подростков проявляется в подростковом возрасте, что обусловлено социальным окружением. Отрицательное последствие тревожности отражается в том, что, не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на учебную деятельность.

Профилактика и коррекция личностной тревожности подростков является психопрофилактическая и психокоррекционная работа, связанная с тревожностью, должна вестись в пяти взаимосвязанных направлениях: психологическое просвещение родителей, психологическое просвещение педагогов, обучение родителей конкретным способам преодоления повышенной тревожности у подростков, непосредственная работа подростками, ориентированная на выработку и укрепление уверенности в себе, собственных критериев успешности, умение вести себя в трудных ситуациях, ситуациях неуспеха, обеспечение и обсуждение практики реализации новых навыков и умений в реальной жизни. Профилактика и психокоррекция тревожности у детей и подростков должна носить не ограниченный функциональный, а общий

лично ориентированный характер. Главная цель такой работы – не избавить ребенка от всех тревог, а научить его разбираться в причинах своих переживаний, не впадать в отчаяние в сложных ситуациях, а искать и находить решение задач, которые будет ставить перед ним жизнь.

Таким образом, по результатам проведенного исследования можно заключить, что процедура целенаправленного формирующего воздействия, направленного на снижение личностной и ситуативной тревожности была эффективной. Основная гипотеза исследования подтверждается полностью.