

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»
БАЛАШОВСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Кафедра педагогики и психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООРГАНИЗАЦИИ И
ТРЕВОЖНОСТИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ**
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 51 группы,
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Васильевой Валерии Дмитриевны.

Научный руководитель
доцент кафедры педагогики и психологии,
кандидат социологических наук,
доцент _____

Н. Е. Шустова

(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____

О.В. Карина

(подпись, дата)

Балашов 2021

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Происходящие в нашей стране социально-экономические преобразования породили противоречивые тенденции.

С одной стороны, при отказе от жесткого внешнего контроля личности появилась возможность организации жизни по собственному замыслу, в соответствии со своими склонностями, устремлениями. В настоящем, жизнь человека во многом зависит от его собственной активности, умения организовать и придать событиям желаемое направление.

С другой стороны, игнорирование моральных ограничений, долгожданная свобода обернулись вседозволенностью, нравственной деградацией, разгулом грубости и насилия.

Необходимы изменения в сознании и поведении людей, что предполагает более высокие требования к воспитанию подрастающего поколения. Это, прежде всего, формирование новых жизненных установок личности, способной самостоятельно организовывать свою деятельность, принимать ответственные решения в ситуации выбора. Это требует отражения в учебно-воспитательном процессе школы воспитания организованности, позволяющей личности справляться с предъявляемыми требованиями окружающей действительности, согласовывать эти требования и собственные желания, освобождая себя от внешнего принудительного контроля, проверок.

Формирование самоорганизации личности особенно значимо для старшего школьного возраста. Именно в этот период проблемы самоопределения, самореализации, самосовершенствования, поиск идеала, потребность в творческом выражении, в осознанном отношении к миру выступают основными жизненными потребностями. Период старшего школьного возраста является сензитивным для реализации целей мировоззренческого развития и воспитания личности (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, И. В. Дубровина, В. В. Зеньковский, А. Н. Леонтьев, В. И. Слободчиков, Т. В. Снегирева, Д. И. Фельдштейн, Д. Б. Эльконин,

Э. Эриксон и др.).

Самоорганизация, помимо явной актуальности, интересна недостаточной разработанностью в традиционной психологической литературе. В условиях современного общества человеку часто бывают необходимы особенно чёткий самоконтроль, высокое самообладание, способность принимать оперативные решения и управлять своими эмоциями.

До настоящего времени наиболее изучены функциональная структура самоорганизации и общие закономерности ее реализации в произвольной активности человека. В то же время представляется достаточно очевидным, что в отношении конкретного человека самоорганизация должна иметь индивидуальную специфику, которая определяется его индивидуальными психическими особенностями. Мы предполагаем, что одной из важнейших таких особенностей является уровень тревожности как обобщающая характеристика, отражающая всю совокупность эмоционального жизненного опыта человека. В этой связи старший школьный возраст, характеризующийся продолжением процесса роста и развития, важными изменениями в структуре личности, отличается выраженными проблемами в области эмоционального состояния, а именно тревожности. Тревожность как психическое свойство имеет ярко выраженную возрастную специфику, обнаруживающуюся в ее содержании, источниках, формах проявления и компенсации.

Проблема тревожности является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии. Актуальность исследования уровня тревожности и самоорганизации старшеклассников заключается в недостаточной разработанности данной проблемы на современном этапе.

Цель: изучение взаимосвязи самоорганизации и тревожности у старшеклассников.

Объект исследования: самоорганизация и тревожность.

Предмет исследования: взаимосвязь самоорганизации и тревожности у старшеклассников.

Гипотеза исследования: предположим, что существует взаимосвязь

самоорганизации и тревожности у старшеклассников.

Задачи исследования:

1. Изучить понятие «самоорганизация».
2. Дать психологическую характеристику старшему школьному возрасту.
3. Исследовать теоретический аспект тревожности старшеклассников.
4. Методологически обосновать эмпирическое исследование взаимосвязи самоорганизации и тревожности испытуемых данной выборки.
5. Определить состояние тревоги и тревожности как свойства личности.
6. Выявить индивидуальные особенности самоорганизации.
7. Выявить взаимосвязь самоорганизации и тревожности у старшеклассников.
8. Разработать программу коррекции, направленную на снижение уровня тревожности и развития навыков организации, контроля, принятия и удержания цели у старшеклассников в процессе собственной деятельности.

Решение поставленных задач осуществлялось с помощью комплекса **методов:**

- теоретический анализ психологической литературы и других научных разработок относительно изучения проблемы;
- психодиагностические методики: «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности», разработанная Ч. Д. Спилбергером и адаптированная Ю. Л. Ханиным, «Диагностика особенностей самоорганизации» (ДОС) Н. Г. Милорадовой и А. Д. Ишкова;
- математические методы статистической обработки данных;
- качественный анализ и содержательная интерпретация результатов;
- метод психолого-педагогического проектирования.

Теоретико-методологическую основу составляют положения:

- возрастной и педагогической психологии, представленные в работах психологов: Д. Б. Эльконина, И. Ю. Кулагиной, Л. И. Божович и др.;

– самоорганизации, представленные в работах: В. И. Андреев, В. С. Мерлин, Н. Г. Милорадовой и А. Д. Ишкова и др.;

– личностных проявлений в аспекте тревожности, представленные в работах: З. Фрейд, К. Изард, Ч. Д. Спилбергер, А. М. Прихожан, Р. С. Немова, А.В. Петровского и др.

Теоретическая значимость исследования заключается в обобщении и систематизации учебного и научного материала по изучению различных подходов к пониманию самоорганизации и тревожности.

Практическая значимость: результаты исследования могут быть применимы в процессе работы со старшими школьниками по проблемам самоорганизации старшеклассников, выявления тревожности как свойства личности, а также коррекционной работы, направленной на оптимизацию тревожности.

Экспериментальная база исследования: В исследовании приняли участие 20 испытуемых 11-х классов, обучающихся в МОУ СОШ № 5 г. Балашов Саратовской области.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Основное содержание работы включает краткое изложение глав исследования.

В **первой главе** нашего исследования сделан психолого-педагогический анализ понятия самоорганизация, дана характеристика старшего школьного возраста, а также изучена тревожность как категория личностных проявлений.

Проанализировав теоретические источники литературы, мы можем дать определение термина «самоорганизация». Самоорганизация – это самостоятельная сознательная работа над собой с целью совершенствования морально-волевых и эмоциональных черт характера в деятельности, направленной на развитие и разрешение личностно значимых задач. В свою очередь организованность относится к числу востребованных обществом качеств личности. Необходимость формирования самоорганизации в школьном возрасте обусловлена коренными изменениями политической и

социальной ситуацией в стране. Окончательное формирование данного качества происходит в старшем школьном возрасте.

Старший школьный возраст, или, как его называют, ранняя юность, по представлениям И. Ю. Кулагиной, охватывает период развития детей от 15 до 18 лет включительно, что соответствует возрасту учеников 10-х, 11-х классов школы. К концу этого периода школьник достигает физической зрелости, он должен приобрести ту степень идейной и духовной зрелости, которая достаточна для самостоятельной жизни, производственной работы после окончания школы и обучения в вузе.

Анализ психологических исследований позволил нам установить, что понятие тревожность с разных точек зрения, допускающих утверждение о том, что повышенная тревожность возникает и реализуется в результате сложного взаимодействия когнитивных, аффективных и поведенческих реакций, провоцируемых при воздействии на человека различными стрессами.

Исследования тревожности показывает, что, невзирая на травматическую стрессовую ситуацию, практически одинаковой интенсивности переживают множество взрослых и детей, далеко не у всех из них развиваются невротические симптомы, в том числе и тревожность.

Во второй главе нашего исследования была разработана программа эмпирического исследования взаимосвязи самоорганизации и тревожности у старшеклассников.

Эмпирическое исследование проводилось на базе МОУ СОШ № 3 г. Балашова Саратовской области. В исследовании принимали участие двадцать одиннадцатиклассников 16-17 лет.

С целью выявления индивидуальных особенностей самоорганизации проведена методика «Диагностика особенностей самоорганизации» (ДОС) Н. Г. Милорадовой и А. Д. Ишкова. Опросник позволил дать оценку по результатам, полученным по интегральной шкале «Уровень самоорганизации». Они характеризуют уровень развития одного личностного компонента самоорганизации (волевые усилия). Далее по функциональному

компоненту представлена оценка результатов по шкалам «целеполагание», «анализ ситуации», «планирование», «самоконтроль», «коррекция».

По методике «Шкала самооценки» Ч. Д. Спилбергера - Ю. Л. Ханина были получены следующие результаты (таблица 2). Авторы конкретизируют, что личностная тревожность (ЛТ) характеризуется устойчиво склонностью воспринимать большой круг ситуаций как угрожающих, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги, а реактивная тревожность (РТ), характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью.

Результат методики представлены на рисунке 1.

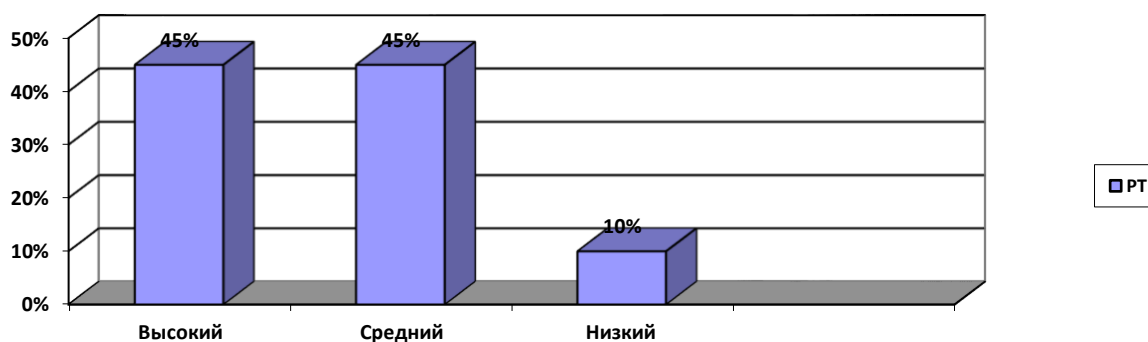


Рисунок 1. Результаты реактивной тревожности по методике «Спилбергера-Ханина».

Показатель личностной тревожности (ЛТ) в данной выборке преобладает умеренный и высокий уровень тревожности.

Показатель ЛТ соответствует следующим данным, полученным в результате проведения методики 9 (45%) испытуемых – высокий уровень, 11 (55%) испытуемых в данный момент имеют умеренный уровень.

Таблица 2. Результаты диагностики личностной тревожности по методике «Шкала самооценки Спилбергера-Ханина».

Показатель	Уровень тревожности		
	Высокий	Умеренный	Низкий
ЛТ	45%	55%	-

Результаты представлены на рисунке 2.

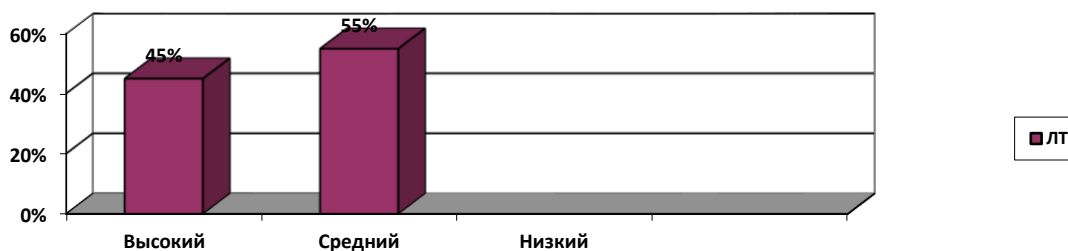


Рисунок 2. Результаты ЛТ по методике «Спилбергера-Ханина».

Таким образом, у подростков уровень тревожности распределен равномерно. Это объясняется тем, что определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной деятельности подростков. У каждого человека существует свой оптимальный или желательный уровень тревожности – это так называемая полезная тревожность. Оценка человеком своего состояния в этом отношении является для него существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания.

С целью выявления индивидуальных особенностей самоорганизации проведена методика «Диагностика особенностей самоорганизации» (ДОС) Н. Г. Милорадовой и А. Д. Ишкова. Опросник позволил дать оценку по результатам, полученным по интегральной шкале «Уровень самоорганизации», характеризующих уровень развития одного личностного компонента самоорганизации (волевые усилия) и функционального. Далее соответственно представлена оценка результатов по шкалам «целеполагание», «анализ ситуации», «планирование», «самоконтроль», «коррекция».

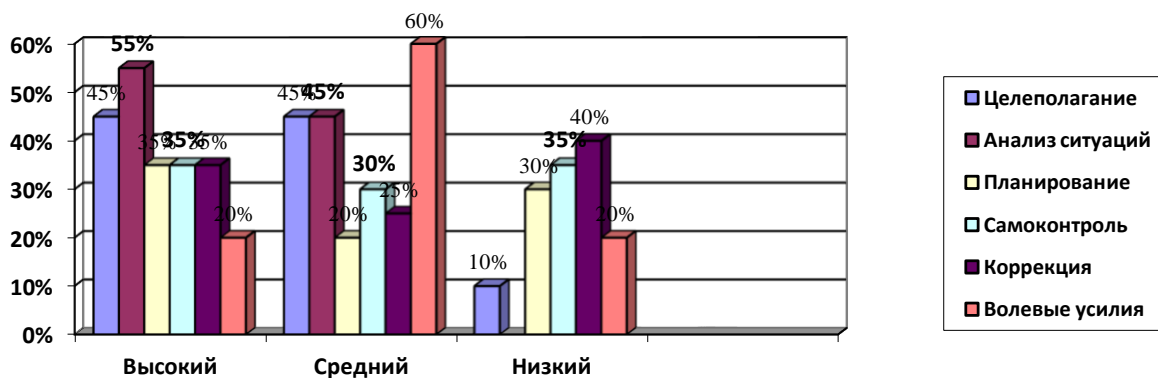


Рисунок 3. Показатели по шкалам методики «Диагностика особенностей самоорганизации» (ДОС) Н. Г. Милорадовой и А. Д. Ишкова.

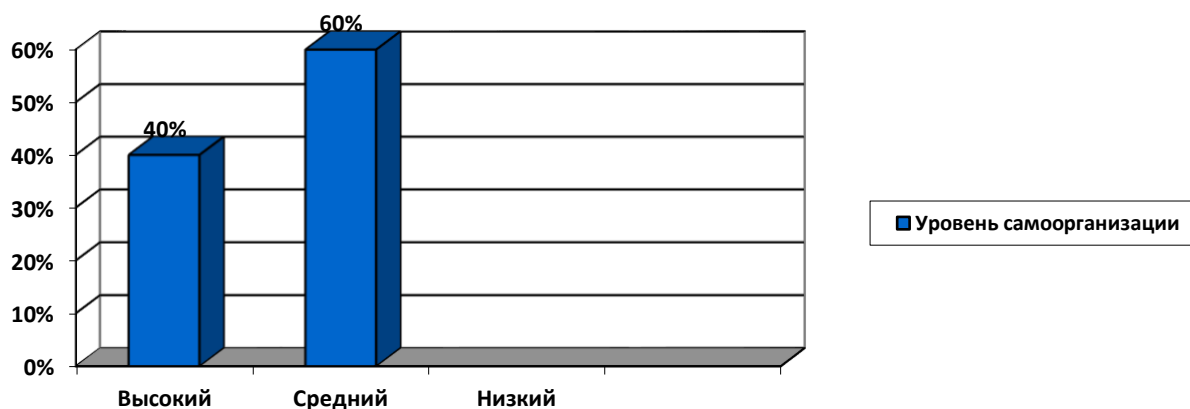


Рисунок 4. Уровень самоорганизации.

На следующем этапе нашего исследования с помощью коэффициента корреляции Спирмена был осуществлен корреляционный анализ (Таблица 3).

Эмпирические данные проведенного исследования были подвергнуты методу математической обработки результатов. С этой целью был применен метод ранговой корреляции r_s Спирмена.

В результате были получены следующие взаимосвязи:

1) Существует связь между показателями реактивной тревожности и показателями целеполагания ($r_s = -0,59$, при $p \leq 0,01$). Чем ярче выражена реактивная тревожность, тем менее развит навык принятия и удержания цели.

2) Существует связь между показателями реактивной тревожности и показателями планирования ($r_s = -0,616$, при $p \leq 0,01$). Чем ярче выражена реактивная тревожность, тем менее развит навык планирования собственной деятельности.

3) Существует связь между показателями реактивной тревожности и показателями уровень самоорганизации ($r_s = -0,727$, при $p \leq 0,01$). Чем ярче выражена реактивная тревожность, тем ниже уровень самоорганизации.

4) Существует связь между показателями личностной тревожности и показателями целеполагания ($r_s = -0,541$, при $p \leq 0,01$). Чем ярче выражена личностная тревожность, тем менее развит навык принятия и удержания цели.

5) Существует связь между показателями личностной тревожности и показателями самоконтроля ($r_s = -0,475$, при $p \leq 0,01$). Чем ярче выражена личностная тревожность, тем менее развит навык контроля и оценки

человеком собственных действий, психических процессов и состояний

б) Существует связь между показателями личностной тревожности и показателями уровня самоорганизации ($r_s = -0,623$, при $p \leq 0,01$). Чем ярче выражена личностная тревожность, тем ниже уровень самоорганизации

По результатам диагностирования, нами была разработана программа коррекции тревожности и развития самоорганизации старшеклассников, целью которой является снижение уровня тревожности и развитие самоорганизации старшеклассников. Для реализации данной программы предполагается активизация процесса самопознания; снижение уровня тревожности; совершенствование самоорганизации старшеклассников; личностный рост каждого участника в процессе коррекционных занятий.

Программа носит рекомендательный характер.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе изучения теоретических материалов и результатов практических исследований, нами констатирован факт актуальности исследования взаимосвязи самоорганизации и тревожности у старшеклассников.

Развитие отдельных свойств и состояний личности, как и общее личностное развитие человека, является одной из важнейших проблем, стоящих перед современным обществом. Среди наиболее актуальных проблем современности одно из главных мест занимает проблема формирования такого новообразования личности как тревожность.

Анализ психологических исследований позволил нам установить, что понятие тревожность с разных точек зрения, допускающих утверждение о том, что повышенная тревожность возникает и реализуется в результате сложного взаимодействия когнитивных, аффективных и поведенческих реакций, провоцируемых при воздействии на человека различными стрессами.

Исследования тревожности показывает, что, невзирая на травматическую стрессовую ситуацию, практически одинаковой интенсивности переживают множество взрослых и детей, далеко не у всех из них развиваются невротические симптомы, в том числе и тревожность.

На современном этапе развития общества одной из приоритетных задач образовательной области является создание условий для личностного развития и самореализации каждого человека.

Самоорганизация является ключевым понятием нашего исследования. Самоорганизация личности определяется как процесс сознательного и целенаправленного конструирования своей личности.

Самоорганизация – это комплекс личностных структур сознания, которые развивают способность к самоанализу, самоконтролю, саморегуляции, умение предвидеть, целеустремленность, самокритичность, самодисциплину; это исследовательское и целенаправленное применение испытанных методов работы в повседневной практике для оптимального использования своего времени, то есть максимальное использование собственных возможностей, сознательное управление течением своей жизни и преодоление внешних обстоятельств.

Реализуя теоретические результаты исследования взаимосвязи самоорганизации и тревожности у старшеклассников, нами констатировано, что в данной выборке преобладает умеренный и высокий уровень личностной и реактивной тревожности и средний уровень выраженности самоорганизации.

Эмпирические данные проведенного исследования были подвергнуты методу математической обработки результатов. С этой целью был применен метод ранговой корреляции r_s Спирмена, в результате чего были сделаны следующие выводы: в результате были получены взаимосвязи между показателями реактивной тревожности и показателями целеполагания, планирования, уровнем самоорганизации и между показателями личностной тревожности и показателями целеполагания, самоконтроля, уровня самоорганизации.

Таким образом, испытуемые имеют средний уровень самоорганизации, то есть они способны организовывать процессы собственной деятельности и поведения, но так же они не в полной мере анализируют существующие

препятствия и обстоятельства в их учебной деятельности, применения волевой регуляции для достижения поставленной цели, уровень развития навыков коррекции своих целей, волевой регуляции и поведения в целом.

По результатам диагностирования, нами была разработана программа коррекции тревожности и развития самоорганизации старшеклассников, целью которой является снижение уровня тревожности и развитие самоорганизации старшеклассников. Для реализации данной программы предполагается активизация процесса самопознания; снижение уровня тревожности; совершенствование самоорганизации старшеклассников; личностный рост каждого участника в процессе коррекционных занятий.

Программа носит рекомендательный характер.

Таким образом, мы можем констатировать, что цели нами достигнуты, задачи выполнены, гипотеза подтверждена.