

LEVEL OF SCHOOL ANXIETY AS A CRITERION OF PSYCHO-EMOTIONAL ADAPTATION TO THE LEARNING CONDITIONS OF DIFFERENT COMPREHENSIVE EDUCATION INSTITUTIONS

Pol'ka N.S., Garkaviy S.I.

РІВЕНЬ ШКІЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ЯК КРИТЕРІЙ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО УМОВ НАВЧАННЯ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ЗАКЛАДАХ РІЗНИХ ТИПІВ

В

гідно з даними численних наукових досліджень на підлітковий вік припадають суттєві зміни життєвого стереотипу, які вимагають певних резервів психічного та фізичного здоров'я. Шлях у доросле життя пролягає через критичний віковий етап складних фізіологічних і психічних перебудов, зумовлених зміною соціального оточення та збільшенням фізичних, інтелектуальних та емоційних навантажень [5]. Новий зміст навчання, активні методи викладання, широке використання технічних засобів та програмоване навчання мають забезпечити підвищення його ефективності та посилення розумової діяльності. Але актуальною проблемою сьогодення є те, що модернізований навчальний процес в інноваційних закладах шкільної освіти пов'язаний зі значним психофізіологічним навантаженням, спричиненим

необхідністю опанувати великі обсяги нових знань і практичних навичок, що підвищує ризик нервово-психічної дезадаптації, порушує процеси формування особистості [4]. Дезадаптації індивідуальної властивості сприяє нестійкість функціонування ЦНС, а особистісними особливостями — підвищена чутливість, вразливість, емоційна нестійкість, деяка демонстративність у поведінці, підвищена тривожність. Дезадаптація призводить до розвитку граничної психічної патології, однією з найчастіших різновидів якої є шкільна тривожність [2, 6, 7]. Емоційне самопочуття як вияв тривожності особистості є важливим показником якості навчання. Саме тому однією з форм емоційного неблагополуччя є шкільна тривожність, що виявляється у схильності учнів переживати об'єктивно нейтральні шкільні ситуації як такі, що загрожують їх самооцінці, інтересам та цінностям. Висока тривожність погіршує продуктивність діяльності загалом, насамперед у нових та складних ситуаціях.

Нині у гігієні існує ціла низка спеціальних методик, які дозволяють оцінити особливості психоемоційної адаптації підлітків до умов навчання в інноваційних закладах шкільної освіти (гімназіях у тому числі) і дозволяють зробити обґрунтований висновок про доцільність запровадження відповідних медико-профілактичних заходів щодо корекції психофізіологічної дезадаптації для забезпечення оптимальних механізмів формування адаптаційних ресурсів учнів шкіл нового виду. Психодіагностичні опитувальники для оцінки рівня тривожності належать до найпоширеніших методик, оскільки рівень тривожності ототожню-

**ПОЛЬКА Н.С.,
ГАРКАВИЙ С.І**

ДУ «Інститут гігієни та медичної екології ім. О.М. Марзеева АМН України», м. Київ, Національний медичний університет ім. О.О. Богомольця, м. Київ

УДК: 613.955:616.012

УРОВЕНЬ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ КАК КРИТЕРИЙ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РАЗНОГО ТИПА

Полька Н.С., Гаркавий С.И.

Уровень школьной тревожности был исследован среди 30 гимназистов и учащихся старших классов средней школы той же самой возрастной группы для изучения влияния условий обучения и выявления нарушений психоемоциональной адаптации в разных общеобразовательных учреждениях. Исследование выявило, что дезадаптация имела место среди гимназистов и среди учащихся традиционной старшей школы, но уровень дезадаптивных нарушений был выше у гимназистов. Исследование доказывает наличие реальной необходимости разработки и внедрения комплекса психогигиенических мероприятий по оптимизации повседневной деятельности для профилактики дезадаптивных изменений среди старших подростков в разных общеобразовательных учреждениях, особенно в инновационных школьных учреждениях. Были выявлены половые различия в чувствительности к влияниям школьной среды и учебного процесса, которые состоят в более высокой чувствительности женского организма к влиянию образовательной среды.

© **Полька Н.С., Гаркавий С.И**
СТАТТЯ, 2009.

ється науковцями з рівнем психофізіологічної адаптації індивіда [3, 8].

Матеріали та методи. Для оцінки рівня шкільної тривожності у нашому дослідженні було використано тестову методику, що є придатною для самооцінки душевного стану індивіда, оскільки характеризує психічне самопочуття і настрій (методику Ч.Д. Спілбергера у модифікації Ю.Л. Ханіна). Основою цієї методики є двофакторна модель тривожності, що передбачає визначення її особистісної та ситуативної кореляції. Як відомо, особистісна тривожність (ОТ) є стійкою індивідуальною властивістю, що характеризує схильність суб'єкта до тривоги та особливості сприйняття різних подразників і реагування на них. Під ситуативною або реактивною тривожністю (СТ) розуміють особливості емоційних реакцій людини у відповідь на стресові ситуації, що складають основу формування таких поведінкових реакцій, як нервозність, занепокоєння, напруженість та стурбованість [1, 8].

У дослідженні рівнів шкільної тривожності взяли участь 130 добровольців із старших класів гуманітарної гімназії та середньої загальноосвітньої школи (ЗОШ), розташованих в одному мікрорайоні міста. Старшокласників було досліджено на початку навчання у передвипускному класі та наприкінці навчання у випускному. Вік досліджених становив від 15 до 17 років. Для вивчення динаміки формування шкільної тривожності було сформовано 2 групи порівняння. До першої групи увійшло 65 гімназистів (32 дівчини і 33 хлопця), до другої — 65 учнів старших класів загального профілю ЗОШ (35 дівчат і 30 хлопців).

Результати та обговорення. Аналіз рівнів СТ (табл. 1) дівчат показав, що на початку періоду спостереження в обох групах рівні показника не виходили за межі середніх значень. Однак наприкінці періоду спостережень рівні СТ стали високими як серед гімназисток (47,55±1,51 балів), так і серед учениць традиційної школи (46,13±1,52 балів), що слід розцінювати як ознаку психоемоційної дезадаптації [1, 2, 6-8]. Різниця величин показника у



ГІГІЄНА ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

групах порівняння дівчат була несуттєвою ($p>0,05$) на початку і наприкінці періоду досліджень.

У динаміці змін СТ дівчат відбувалося значне і суттєве зростання серед гімназисток (з 42,60±4,93 до 47,55±1,51 балів, $p<0,01$) та значне, хоча і несуттєве, — в учениць ЗОШ (з 42,64±1,07 до 46,13±1,52, $p>0,05$). Привертає увагу те, що реактивна складова тривожності гімназисток порівняно з ученицями класів загального профілю збільшилася помітніше і склала відповідно 48,55±1,92 балів у гімназії проти 46,94±1,75 балів у ЗОШ. Хоча на початку спостереження її рівень серед учениць гімназії був нижчим, ніж серед старшокласниць традиційної школи (відповідно 41,78±1,69 і 43,91±1,22 балів).

Позитивним слід вважати той факт, що рівні СТ хлопців (табл. 1) обох груп дослідження перебували у межах помірних значень як на початку, так і наприкінці періоду спостереження. Різниця рівнів залишалася несуттєвою протягом всього періоду спостереження ($p>0,05$).

Вивчення змін СТ хлопців виявило несуттєве (з 39,51±

1,11 до 41,96±1,21 балів, $p>0,05$) зростання показника гімназистів на фоні несуттєвого зростання у старшокласників ЗОШ (з 41,85±1,06 до 42,00±1,38 балів, $p>0,05$).

Дослідження рівнів ОТ (табл. 2) дівчат на початку періоду досліджень показало, що в обох групах ці рівні не виходили за межі середніх значень і відрізнялися між собою несуттєво ($p>0,05$).

Однак наприкінці періоду спостережень в учениць обох груп рівні ОТ стали високими, причому суттєвіше динамічне зростання показника відбулося серед гімназисток (з 41,78±1,69 до 48,55±1,92 балів, $p<0,01$), тоді як рівень ОТ старшокласниць класів загального профілю зростав менш значно і несуттєво (з 43,91±1,22 до 46,94±1,75 балів, $p>0,05$). Отже, рівні ОТ дівчат груп порівняння наприкінці періоду досліджень свідчили про наявність ознак психоемоційної дезадаптації. Різниця між рівнями груп порівняння наприкінці спостереження залишалася несуттєвою ($p>0,05$).

Групові рівні ОТ старшокласників-гімназистів та старшокласників традиційної школи

Таблиця 1

Зміни ситуативної тривожності (СТ) серед підлітків груп порівняння у динаміці спостережень, бали

Час досліджень	Гімназія		ЗОШ	
	n	M ± m	n	M ± m
Дівчата				
Початок	32	42,60±4,93	35	42,64±1,07
Кінець	32	47,55±1,51	35	46,13±1,52
$P_{\text{початок-кінець}}$	0,01	0,05		
Хлопці				
Початок	33	39,51±1,11	30	41,85±1,06
Кінець	33	41,96±1,21	30	42,00±1,38
$P_{\text{початок-кінець}}$		>0,05		>0,05

LEVEL OF SCHOOL ANXIETY AS A CRITERION OF PSYCHO-EMOTIONAL ADAPTATION TO THE LEARNING CONDITIONS OF DIFFERENT COMPREHENSIVE EDUCATION INSTITUTIONS
Pol'ka N.S., Garkaviy S.I.

School anxiety level was investigated among 130 gymnasium students & pupils of traditional senior school of the same age group for study of learning conditions impact & revelation of psycho-emotional adaptation disorders at the different Comprehensive Education Institutions. This investigation revealed that dysadaptation took place among gymnasium students & among pupils of traditional senior school also, but the level of dysadaptive changes was

higher in students of gymnasium. The research proves a real need of elaboration & incorporation of complex psychohygienic measures for daily activities optimization to prevent dysadaptive changes among senior adolescents in different comprehensive educational institutions, especially in innovative school education institutions. There were revealed gender differences in sensitivity to school environment & learning process impact which consist in higher sensitivity of female organism to educational environment impact.

Key words: senior school age, gymnasium, school anxiety, psycho-emotional adaptation.

(табл. 2) були помірними на початку (відповідно 40,36±1,11 і 42,07±1,45 балів) та наприкінці періоду дослідження (відповідно 42,29±1,34 і 43,03±1,35 балів). Різниця рівнів показника між хлопцями обох груп порівняння була несуттєвою і на початку, і наприкінці періоду спостереження ($p>0,05$).

І серед гімназистів, і серед учнів класів загального профілю констатовалося значне, хоча й несуттєве ($p>0,05$), зростання ОТ (відповідно з 40,36±1,11 до 42,29±1,34 балів у гімназії та з 42,07±1,45 до 43,03±1,35 у ЗОШ).

Висновки

Аналіз даних дослідження ситуативної і особистісної складових шкільної тривожності виявив явища психоемоційної дезадаптації серед старшокласників-гімназистів і серед старшокласників, що навчалися у школі загального профілю. Окрім цього, негативні зміни групових рівнів ситуативної та особистісної компонент показника шкільної тривожності серед учнів

гімназій виявилися більш значними, ніж у традиційній ЗОШ. Отже навчання школярів у гімназіях супроводжувалося більш вираженими дезадаптивними змінами. Вивчення змін СТ і ОТ виявило гендерні особливості рівнів шкільної тривожності серед старшокласників, оскільки вищі рівні СТ і ОТ, а також більш виражена негативна динаміка їх змін спостерігалися саме серед осіб жіночої статі, а серед учениць гімназії ці зміни виявилися суттєвими. Аналіз динаміки показника шкільної тривожності ще раз довів необхідність розробки та застосування додаткових комплексних психогігієнічних заходів щодо корекції особливостей організації повсякденної діяльності у загальноосвітніх навчальних закладах для профілактики явищ психоемоційної дезадаптації серед учнів. Особливо нагально постає ця потреба в інноваційних закладах шкільної освіти.

ЛІТЕРАТУРА

1. Астапов В. М. Навыки кон-

троля тревоги у подростков // Прикладная психология. — 2001. — № 1. — С. 41-52.

2. Брагина К.Р. Тревожные и депрессивные реакции у лиц молодого возраста // Невротичні розлади у дітей та підлітків: патогенез, клініка, реабілітація. — Харків: ІОЗДП, 2003. — 25 с.

3. Жукова Т.В., Соловьев М.Ю., Калинина М.В. и др. Гигиенические аспекты донозологической диагностики индивидуального здоровья // Гигиена и санитария. — 2001. — № 5. — С. 77-80.

4. Громова Н.В., Зубкова С.П. Некоторые аспекты работы школьной психологической службы в условиях инновационной деятельности // Здоровый город — здоровые дети. — Ставрополь, 1999. — С. 63-66.

5. Изотова Е.А. Возрастно-половая динамика проявления основных свойств нервной системы у младших подростков // Актуальные проблемы психологии. — Архангельск, 1997. — С. 65-69.

6. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. — 1998. — № 2. — С. 11-17.

7. Табачников А.Е. Условия формирования пограничных психических расстройств у учащихся школ нового типа // Российский психиатрический журнал. — 1998. — № 1. — С. 36-39.

8. Handbook of Anxiety: in 5 vol. / Edited by Russel Noyes Jr. et al. — Vol. 2: Classification, etiological factors and associated disturbances. — New York, London: The Guilford Press, 1988. — 560 p.

Надійшло до редакції 12.04.2009.

Зміни з боку особистісної тривожності (ОТ) серед підлітків груп порівняння у динаміці спостережень, бали

Таблиця 2

Час досліджень	Гімназія		ЗОШ	
	n	M ± m	n	M ± m
Дівчата				
Початок	32	41,78±1,69	35	43,91±1,22
Кінець	32	48,55±1,92	35	46,94±1,75
$P_{\text{початок-кінець}}$	0,01	0,05		
Хлопці				
Початок	33	40,36±1,11	30	42,07±1,45
Кінець	33	42,29±1,34	30	43,03±1,35
$P_{\text{початок-кінець}}$		>0,05		>0,05