

СТАНИ ТРИВОЖНОСТІ ШКОЛЯРІВ

Власенко Є. І.,

Сум ДПУ ім. А.С.Макаренка

Події життя стають для людини джерелом її переживання. Зрештою виникає внутрішнє ставлення людини до того, що відбувається в її житті, до того, що вона пізнає, як діє. Супроводжуючи практично будь-які прояви активності суб'єкта, емоції є одним із головних механізмів внутрішньої регуляції психічної діяльності й поведінки, спрямованих на задоволення актуальних потреб.

Збереження психічного та фізичного здоров'я людини залежить від її вміння керувати своїми емоціями. Тому питання дослідження емоцій є дуже актуальним в психологічній літературі. Мета моєї роботи – вивчення рівня і характеру тривожності пов'язаної зі школою у підлітків. Адже велику тривожність та невміння керувати своїми емоціями досить швидко проявляють сучасні школярі. Середній рівень тривожності у сьогодишнього школяра, значно перевищує той, який психологи отримали при обстеженні дітей кілька років тому, а по деяким даним рівень недиференційованої тривожності у молодих людей перевищує аналогічний показник для людей старшого покоління.

Тривожність (готовність до страху) розглядають як - стан доцільного підготовчого підвищення сенсорної уваги і моторної напруги в ситуації можливої небезпеки, що забезпечує відповідну реакцію на страх. Схильність індивіда до переживання тривоги, характерна низьким порогом виникнення тривоги; один з основних параметрів індивідуальних особливостей.

У цілому тривожність - суб'єктивний прояв неблагополуччя особистості. Вона звичайно підвищена: 1) при захворюваннях нервово-психічних і важких соматичних; 2) у здорових людей, що переживають наслідки психічної травми 3) у багатьох груп людей з поведінкою що відхиляється.

Дослідники тривожності розрізняють: 1) тривожність ситуативну - пов'язану з конкретною зовнішньою ситуацією; 2) тривожність особистісну - стабільну властивість особистості.

Також розробляються методи аналізу тривожності як результату взаємодій особистості і її оточення.

Стан тривоги – емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки, що проявляється в очікуванні неблагополучного розвитку подій. На відміну від страху як реакції на конкретну погрозу тривога являє собою генералізований, дифузійний або безпредметний страх. Звичайно тривога пов'язана з очікуванням невдач у соціальній взаємодії та власній діяльності і часто обумовлена неусвідомленістю джерела небезпеки.

Функціонально тривога не тільки попереджає про можливу небезпеку, але і спонукає до пошуку та конкретизації цієї небезпеки, до активного дослідження дійсності з метою (установкою) визначити загрозовий предмет. Вона може проявлятися як відчуття безпорадності, непевності в собі, безсилля перед зовнішніми факторами, перебільшення їхньої могутності й загрозового характеру. Поведінкові прояви тривоги полягають у загальній дезорганізації діяльності, що порушує її спрямованість і продуктивність. Тривога є механізмом розвитку неврозів. Тривога невротична формується на основі внутрішніх протиріч у розвитку психіки, - наприклад, від завищеного рівня домагань, недостатньої, моральної обґрунтованості мотивів, низької самооцінки, тощо.

Ритм сучасного життя, постійно зайняті батьки, трансформація шкільних програм і вимог, видозміна соціального статусу дитини, її оточення і багато іншого, - ось ті проблеми, з якими доводиться стикатися сучасному підлітку. Діти більш вразливі, ніж дорослі, і, як наслідок, вони виявляються більш незахищеними, частіше починають відчувати переживання тривоги.

Тривожна дитина постійно знаходиться в подавленому настрої, у неї з'являються труднощі при контактах з оточуючим світом, Світ сприймається вороже. Закріплюючись в процесі становлення характеру, ця риса призводить до формування заниженої самооцінки. Така людина, відчуваючи постійні сумніви, не здатна на серйозні життєві досягнення, і як наслідок, соціально дезадаптована. Можна з впевненістю сказати, що дана проблема, настільки актуальна, що вимагає свого швидкого вирішення, так як в протилежному випадку загалом може призвести до формування покоління невпевнених, тривожних, абсолютно нездатних адаптуватися в житті людей.

Наук. кер. – Тарасова Т.Б., к.психол.н., доц.