

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2022, №4, Том 10 / 2022, No 4, Vol 10 <https://mir-nauki.com/issue-4-2022.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/34PSMN422.pdf>

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Емельянова, Е. А. Проявление тревожности у школьников при переходе в основную школу / Е. А. Емельянова, И. А. Голованова, К. В. Лобакова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2022. — Т. 10. — № 4. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/34PSMN422.pdf>

**For citation:**

Emelyanova E.A., Golovanova I.A., Lobakova K.V. Manifestation of anxiety in schoolchildren during the transition to primary school. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 10(4): 34PSMN422. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/34PSMN422.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

**Емельянова Елизавета Андреевна**

ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», Москва, Россия  
Преподаватель кафедры «Возрастная психология имени профессора Л.Ф. Обухова»  
факультета «Психология образования»  
PhD в области педагогической и возрастной психологии  
E-mail: Lizamgppu@mail.ru  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5742-5630>

**Голованова Ирина Александровна**

ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», Москва, Россия  
Преподаватель кафедры «Возрастная психология имени профессора Л.Ф. Обухова»  
факультета «Психология образования»  
Магистр по направлению «Психолого-педагогическое образование»  
E-mail: golovanovaia@bk.ru  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6115-5095>

**Лобакова Кристина Владимировна**

ГБОУ города Москвы «Школа № 1409», Москва, Россия  
Педагог-психолог  
Магистр по направлению «Психолого-педагогическое образование»  
E-mail: lobakova171@gmail.com  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3647-625X>

## Проявление тревожности у школьников при переходе в основную школу

**Аннотация.** Статья посвящена изучению проявления тревожности в детском возрасте, а именно — в условиях образовательной среды. В частности, при переходе младшего школьника на следующий этап обучения. Тревога свидетельствует о предполагаемой опасности вблизи субъекта, повышенный уровень тревожности предполагает как наличие широкого диапазона различных ситуаций, воспринимаемых в качестве угрозы, так и привычный способ реагирования. Школьная тревожность является частным случаем проявления тревожности. В статье представлены материалы эмпирического исследования, полученные на выборке детей в возрасте 10–11 лет в количестве 129 человек (67 девочек и 62 мальчика). При проведении исследования были использованы методики: «Шкала явной тревожности СМАС Дж. Тейлора (1953)» (адаптация А.М. Прихожан (1994)), «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилберга (1953)» (Адаптация Ю.Л. Ханина (1978)), «Тест школьной тревожности Филипса (1975)», «Проективный рисунок для диагностики школьной тревожности «Я в школе»» (Овчарова Р.В., 1996). Полученные результаты позволяют говорить о том, что при переходе из начальной в основную школу уровень личностной и ситуативной

тревожности учащихся повышается. Однако, к концу первого года обучения на ступени основного общего образования уровень личностной и ситуативной тревожности несколько снижается. При этом, девочки, принимающие участие в исследовании, продемонстрировали более высокий уровень страха ситуации контроля и проверки знаний (ситуацией, оказывающей наиболее негативное влияние на уровень тревожности, явилась публичная проверка знаний) по сравнению с мальчиками той же возрастной группы.

**Ключевые слова:** переживание в деятельности; качество мотивации; теория самодетерминации; внутренняя мотивация; внешняя мотивация; академическая мотивация

## Введение

Феномен тревожности был впервые описан З. Фрейдом в качестве функции Эго сигнала, предвещающего угрозу и дающего возможность человеку отреагировать в опасной ситуации наиболее адекватным, соответствующим способом. Тревожность, по мнению Фрейда, представляет собой эмоциональное переживание негативного характера. Оно сопровождается специфическим чувством неприятного, ощущением надвигающейся опасности (реальной или воображаемой) и различными соматическими реакциями [1].

В непосредственном моменте проживания тревожности человек, как правило, испытывает ощущение беспомощности и беспредметной обеспокоенности. Вместе с тем, тревожность у разных людей может проявляться по-своему, выполняя как мобилизующую функцию, снабжая человека дополнительными силами к выполнению действия, так и расслабляющую функцию, парализуя волю человека в самый ответственный момент. Так, Фрейд представлял механизм возникновения тревоги, где в ответ на потенциальную угрозу запускаются защитные механизмы психики.

Также он рассматривал тревожность как следствие столкновения внутренних, биологических влечений с запретами, транслируемыми извне — конфликт Ид и Супер-Эго. Это положение выражается в том, когда желания человека подавляются моральными устоями, принятыми в обществе, чувством долга и запретами, витающими в общественном сознании.

З. Фрейд рассматривал и позитивную сторону тревожности, играющую роль инстинкта самосохранения, в случае, когда тревога возникает в естественных условиях при реальной опасности [2].

Другие представители психоаналитического направления в качестве значимых причин возникновения тревожности рассматривали иные социально-психологические параметры, формирующие личность с детских лет.

А. Адлер в рамках собственной теории — индивидуальной психологии, опирался на такие феномены как стремление к превосходству, социальная общность, комплекс неполноценности. Автор отводил тревожности роль симптома в неврозе. Ее истоки заключены в невозможности удовлетворить потребность в превосходстве, а также сильно развитый комплекс неполноценности.

Таким образом, основу неврозов и тревожности, по мнению Адлера, составляет противоречие между тем, чего человеку хочется, чего он хочет достичь, и тем, что он может сделать, его реальные возможности [3].

К. Хорни подчеркивала значимость межличностных отношений и среды, в которой ребенок воспитывается. Источником возникновения тревожности становится патологический характер окружающей социальной среды в детстве. Иными словами, тревожность возникает в результате нарушений в отношениях ребенка и близких взрослых. Первоочередная задача

родителей — обеспечение двух базовых потребностей ребенка — в удовлетворении и безопасности. Первая потребность подразумевает биологические нужды — пища, сон, гигиена и т. д., вторая — безопасность окружающей среды, базовое чувство доверия, когда ребенок понимает, что он желанен и любим [4].

В то же время Хорни описывает «базальную тревогу», проживание которой описывается чувством изолированности и беспомощности перед враждебным внешним миром. Истоки ее возникновения во фрустрации базовых потребностей ребенка со стороны значимых взрослых. Базальная тревога является предпосылкой неврозов во взрослом возрасте [4].

Подобное представление о природе тревожности принадлежит Г. Салливану. Нарушения биологического равновесия и межличностной надежности — основные источники появления тревоги. Некачественное удовлетворение базовых потребностей ребенка и создании условий для ощущения неодобрения, покинутости порождают тревожность. По его мнению, человек в течение всей жизни, так или иначе, сталкивается с социальным отвержением, следовательно, тревога — постоянный спутник в построении межличностных отношений [5].

Э. Фромм рассматривает тревожность с позиции общественного влияния на личность в разрезе различных исторических эпох. Так, он выдвигает мнение о существовании естественных социальных связей, которые отчетливо проявлялись в первобытном обществе и значительно ослабли в эпоху капитализма, тем самым, породив массу тревог для «нового человека». Естественные социальные связи базировались на единении людей друг с другом, с природой, это давало человеку ощущение опоры, уверенности, избавляя его от одиночества, бессилия, неуверенности, потенциально способных породить тревожное состояние [6].

С точки зрения бихевиористов, тревожность взрослого человека является результатом научения, закрепленной реакцией на ситуации, имеющие угрожающий для личности характер (вне зависимости от наличия реальной опасности). Впоследствии, тревожность проявляется и в ситуациях, где могут быть схожие обстоятельства происходящего, даже в случае субъективной оценки такового.

Дж. Боулби рассматривал феномен тревожности в контексте первичного объекта привязанности, обеспечивающего младенцу чувство безопасности, предотвращая тем самым возникновение тревоги.

Э. Эриксон так же связывал появление тревожности с нарушением отношений между родителями и детьми, с возникновением неадекватных способов взаимодействия и деструктивных воспитательных моделей [7].

Современные зарубежные исследователи добавляют новые причины возникновения тревожности у детей. В настоящее время влияние цифровых технологий приобретает все более острые формы, подрывая эмоциональное благополучие детей. Социальные медиа воспринимаются школьниками полноценной альтернативой реальным межличностным отношениям с людьми. Психологи отмечают появление тревожности в результате негативного социального сравнения, отсутствия навыков эмоциональной регуляции и избегания социального взаимодействия из-за использования устройств. Кибербуллинг — разрушительный феномен нашего времени, в результате которого дети оказываются незащищенными, могут быть запуганы со стороны недобросовестных пользователей сети Интернет — последствия могут оказаться плачевными [8].

Представления отечественных психологов о феномене тревожности в подавляющем большинстве затрагивают саму сущность тревоги: интенсивность ее проявления, а, вместе с тем, идею оптимума — уровень тревоги адекватный сложившимся обстоятельствам.

А.М. Прихожан в своих работах указывает на существование неадекватной тревожности, дестабилизирующей повседневную деятельность и состояние человека, и адекватной тревожности — оптимума, при котором человек сохраняет способность реагировать соответствующим образом.

А.И. Захаров делает акцент на отсутствии объекта тревоги — ключевом ее отличии от страха. Тревога представляет собой предчувствие, сигнал об опасности, в то время как страх — само чувство опасности в отношении конкретного объекта. На физиологическом уровне тревога проявляет себя через процессы возбуждения, страх — через процессы торможения [7].

В словаре практического психолога понятие тревога определяется как «отрицательные эмоциональные переживания, обусловленные ожиданием чего-то опасного». Автор так же разделяет сущность понятий тревоги и страха, выделяя критерий для дифференциации — наличие конкретного объекта. На основании эмпирических исследований выделяется: ситуативная тревога и тревога как черта личности — тревожность. Так, под тревожностью подразумевается повышенная склонность испытывать тревогу, воспринимать широкий круг ситуаций в качестве небезопасных<sup>1</sup>.

В настоящее время в отношении феномена тревожности фокус внимания смещается в сторону семейного взаимодействия — деструктивные стили родительского воспитания, враждебные отношения между супругами, игнорирование базовых потребностей ребенка, конфликтные отношения в семье и вовлечение ребенка в ссоры родителей.

Одно из популярных направлений в зарубежных исследованиях по теме детской тревожности — методы избавления от тревоги. Психологи отмечают, что на помощь приходят дыхательные техники, физическая активность, придумывание своеобразных ритуалов для снятия стресса, а также разговоры о тревоге и своем актуальном состоянии [9].

### Соотношение понятий «тревожность» и «школьная тревожность»

Большинство авторов подмечают такие параметры тревожности как интенсивность и характер проявления, протяженность во времени и связь с психологическим каркасом личности. Таким образом, различают: тревожность как эмоциональное состояние (ситуативное проявление), как индивидуально-психологическая особенность личности (особенности протекания психических процессов), как личностная черта (предрасположенность вести себя сходным образом в широком диапазоне ситуаций). Тревожность как черта личности проявляет себя через тенденцию воспринимать широкий спектр ситуаций как угрожающих самооценке, самоуважению. В данном случае можно сказать, что тревожность выступает в роли поведенческой диспозиции, ежедневного выбора реагировать проявлением тревоги.

Разделение тревожности на полезную и деструктивную позволяет адекватно посмотреть на ее роль. Оптимальный уровень тревоги реализует функцию самоконтроля, самовоспитания, развития новых адаптивных способов поведения в неизвестных ситуациях. В то время как неадекватная тревожность парализует волю человека, его поведение в повседневных ситуациях носит дезадаптивный характер [10].

Школьная тревожность представляет собой частный случай тревожности у детей в контексте образовательной среды. Формирование школьной тревожности так же имеет ситуационные предпосылки в виде особенностей взаимодействия с учителями и

---

<sup>1</sup> Головин, С.Ю. Словарь практического психолога. — Минск: Харвест, 1998. — 799 с.

одноклассниками, и индивидуально-психологического характера — темперамент, самооценка, особенности мотивационной сферы и др.

Многие авторы подчеркивают особую роль взрослого в создании благоприятных условий для формирования личности ребенка и его обучения. Образовательная среда, в которой среднестатистическому здоровому ребенку некомфортно, где у него наблюдаются признаки тревожности, не может называться безопасной средой. Школьная тревожность возникает преимущественно от воздействия каких-либо внешних факторов — непосредственно школьная атмосфера, строгий учитель, высокие требования к дисциплине и уровню знаний, конфликты со сверстниками [7; 11].

Доминирование состояния повышенной школьной тревожности, в особенности связанной с переходом в среднюю школу, способствует снижению активности психических процессов. Могут наблюдаться ухудшения памяти — ребенку становится трудно запоминать учебный материал, снижение концентрации внимания, он становится неусидчивым, рассеянным, теряет интерес к урокам, конфликтует с одноклассниками, не слушает учителей, отношения с родителями становятся напряженными.

Так, тревожность ребенка в условиях его школьной жизни свидетельствует, прежде всего, об эмоциональном неблагополучии ребенка. Родителям и специалистам следует отнестись со вниманием даже к незначительным проявлениям волнения и беспокойства, заметив «тревожные звоночки» на раннем этапе.

Переход в новые условия средней школы является фактором риска в формировании тревожности у ребенка. Новизна ситуации заключается в изменениях не только во взаимодействии детей и педагогов, но и в переменах организационного характера.

Учащиеся вынуждены адаптироваться к новой социальной ситуации развития: сменяемость педагогов, как следствие, стилей преподавания, требований; отсутствие достаточного внимания со стороны классного руководителя, ввиду его загруженности несколькими классами и другими задачами; необходимость адаптироваться к взаимодействию с разными учителями и их личностным особенностям; высокие требования к успеваемости по всем предметам, большие цели со стороны разных учителей; восприятие нового этапа обучения излишне серьезно, что сопровождается большим стрессом, нежели радостью.

Пятиклассники нуждаются в понимании со стороны родителей и учителей в отношении их новой роли, а также в предоставленном времени для адаптации к ней. Новая социальная среда развития выдвигает свои условия — запускает новые физиологические, психологические и социальные реакции, трансформирующие личность ребенка для успешного приспособления и дальнейшего функционирования [12].

Высокий уровень тревожности у детей в новых условиях становится препятствием в виде ощущения себя неполноценным, ненормальным, "не таким". Ребенок может неадекватно оценивать не только свой уровень знаний, но и свою внешность, привлекательность для сверстников, способность выстраивать контакты с одноклассниками. В этот период межличностное взаимодействие выходит на первый план, становится важным быть интересным, популярным. При этом тревожность может препятствовать в проявлении своей социальной смелости, в принятии решений, в выборе моделей поведения в целом [13].

В уязвимом положении находятся ученики с определенными личностными особенностями, например, такими как застенчивость, импульсивность, повышенная личностная тревожность, инертность. Сам переход в новые условия может восприниматься такими учениками как стрессогенный. В отсутствии необходимой поддержки и понимания со стороны учителя, ввиду их более формального взаимодействия на данном этапе обучения, высока вероятность осложнения процесса адаптации для таких детей. На первый план выходит

фактор социального одобрения, выраженный в чрезмерной ответственности и добросовестном выполнении всех заданий в надежде на признание. Менее благополучное проявление этого фактора основывается на конфликтности ученика, игнорировании правил поведения и ученических обязанностей [14].

Переход младшего школьника на следующий этап обучения осложняется еще и отсутствием скоординированности действий педагогических кадров, недостаточной их компетентностью, завышенными требованиями к учащемуся. Всё это указывает на проблемность образовательной среды, в частности, преемственности начальной и средней школы [15].

В исследованиях зарубежных коллег, целью которых было изучение способности учителей начальных классов распознавать тревожные симптомы у детей, было выяснено следующее:

- по степени выраженности тревожности по симптоматике учителям в большинстве своем удалось распознать детей с тяжелым уровнем тревожности из 5 возможных по эксперименту;
- детей с умеренными симптомами тревожности сложно отличить от детей с тяжелым тревожным расстройством;
- учителя-женщины с большей вероятностью распознают и направляют детей, нежели учителя-мужчины [16].

### Программа исследования

Исследование проводилось с целью выявления уровня личностной и ситуативной тревожности у школьников при переходе из начальной школы в основную.

Основные гипотезы включали в себя положения о повышении уровня как ситуативной, так и личностной тревожности, также о наличии гендерных различий в проявлении ситуативной тревожности:

1. При переходе из начальной в основную школу уровень личностной тревожности у учащихся повышается.
2. При переходе из начальной в основную школу уровень ситуативной тревожности у учащихся повышается.
3. Существуют гендерные различия уровня ситуативной тревожности у учащихся при переходе из начальной в основную школу.

До начала исследования было осуществлено знакомство с испытуемыми, установлен первичный контакт, наблюдение за детьми в естественных условиях.

Далее исследование было реализовано в три этапа по типу лонгитюдного исследования: 1 этап — конец учебного года 4-го класса, 2 этап — начало учебного года 5-го класса, 3 этап — конец учебного года 5-го класса.

В качестве методов исследования были применены: констатирующий эксперимент, анкетирование, проективные методы, математическая статистика. Данные исследования были подвергнуты качественной и количественной обработке при помощи программы IBM SPSS Statistics 22 («Statistical Package for the Social Sciences») — критерий знаковых рангов Вилкоксона.

Уровень тревожности испытуемых определялся посредством следующих методик:

1. Шкала явной тревожности СМАС Дж. Тейлора (1953). Адаптация А.М. Прихожан (1994) [17].
2. Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилберга (1953). Адаптация Ю.Л. Ханина (1978)<sup>2</sup>.
3. Тест школьной тревожности Филипса (1975) [18].
4. Проективный рисунок для диагностики школьной тревожности «Я в школе» (Овчарова Р.В., 1996) [18].

Выборка представлена детьми 10–11 лет в количестве 129 человек — 67 девочек и 62 мальчика (52 % и 48 % соответственно).

### Результаты исследования и их обсуждение

В результате проведенного исследования нами было выявлено повышение уровней явной, личностной, реактивной и школьной тревожности ( $t \leq 0,001$ ), при переходе из начальной в основную школу у учащихся, принимающих участие в эксперименте. Значимое повышение уровня тревожности продемонстрировали как мальчики, так и девочки.

На первом этапе исследования учащиеся преимущественно показали нормальный уровень явной тревожности, который необходим для адаптации и продуктивной деятельности. На втором этапе — в начале учебного года (5 класс) большое количество девочек (рис. 1) и мальчиков (рис. 2) показали несколько повышенный уровень явной тревожности. Очень высокий уровень явной тревожности продемонстрировали 4,5 % девочек и 5 % мальчиков. Этим учащимся мы относим к группе риска и констатируем необходимость оказания им индивидуальной психолого-педагогической помощи с целью снижения уровня тревожности и благополучной адаптации к новым условиям обучения в школе.

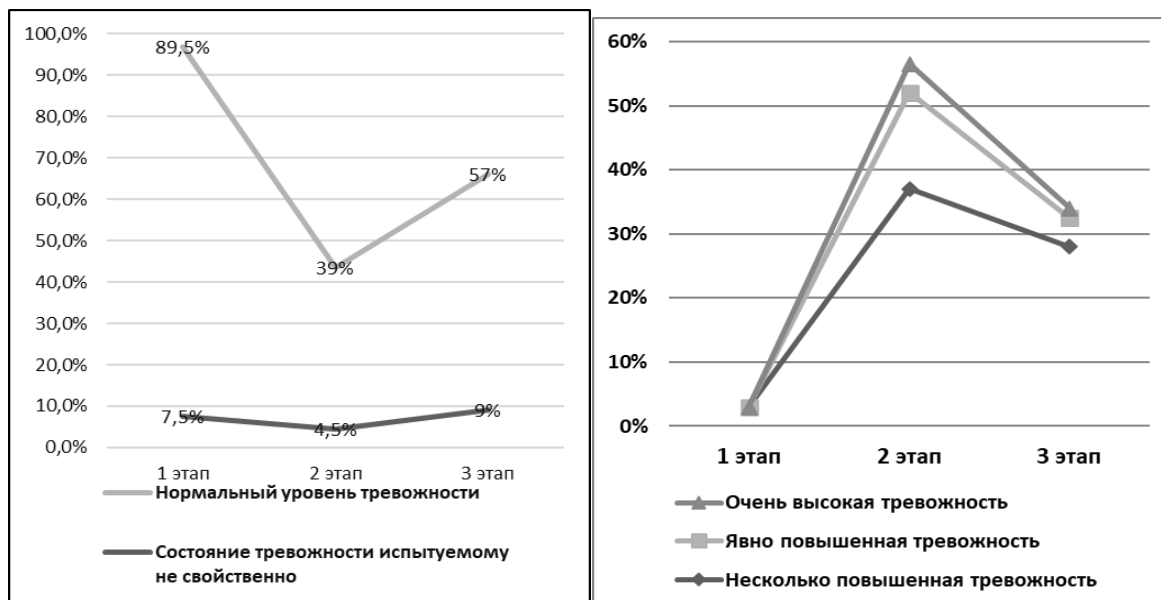


Рисунок 1. Изменение уровня явной тревожности (девочки) (составлен авторами)

<sup>2</sup> Большая энциклопедия психологических тестов / авт. сост. А.А. Карелин. — М.: Эксмо, 2009. — 416 с.

Полученные результаты показывают статистически достоверные различия в степени тревожности, выявленной по шкале явной тревожности Дж. Тейлора, между этапами исследования, как у мальчиков, так и у девочек.

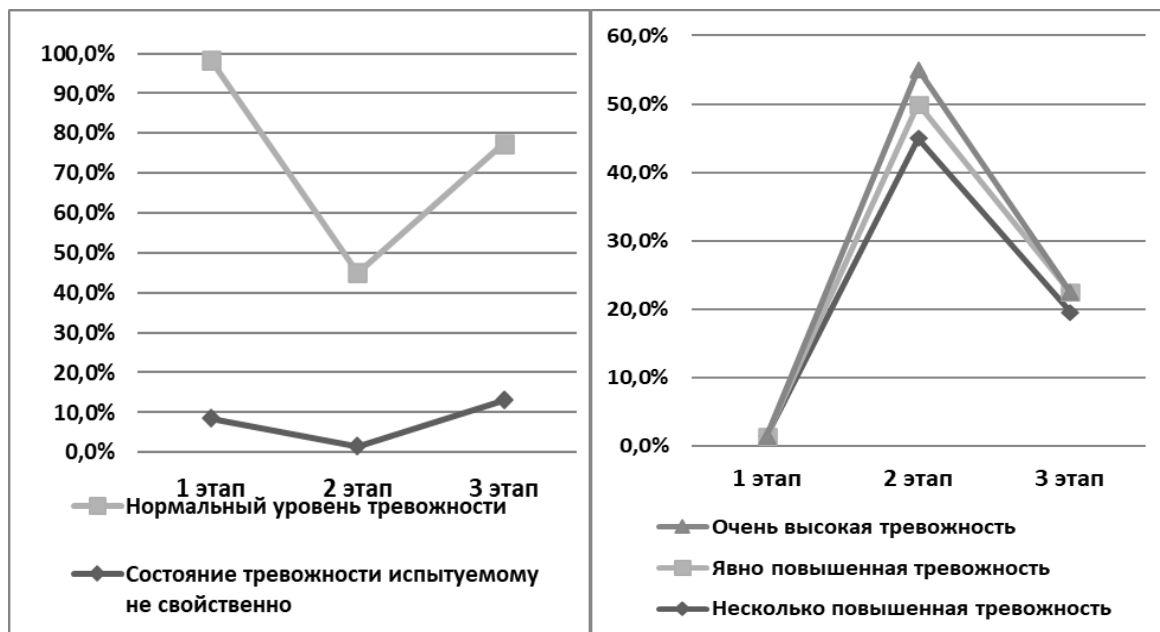


Рисунок 2. Изменение уровня явной тревожности (мальчики) (составлен авторами)

По результатам, которые были зафиксированы по методике «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилберга», можно констатировать, что в группе девочек, при первичном обследовании, доминирующим был умеренный уровень тревожности (84 %). При повторном обследовании в начале 5-ого класса прослеживается значительный рост уровня тревожности (у 64 % детей выявлен высокий уровень), а при третьем обследовании зафиксировано снижение уровня тревожности до уровня первичного — умеренный уровень тревожности (69 %). Необходимо отметить, что результаты третьего обследования отличаются от показателей первичного (уровень высокой тревожности по-прежнему зафиксирован у 24 % детей, принявших участие в исследовании) (рис. 3).

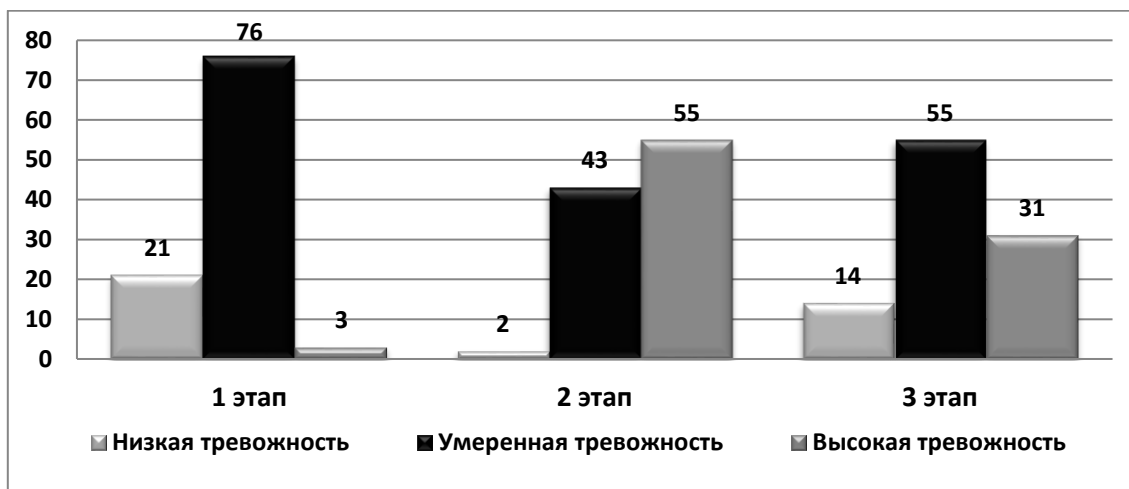


Рисунок 3. Изменение уровня личностной тревожности (девочки) (составлен авторами)

Мальчики продемонстрировали аналогичные результаты: в четвертом классе у испытуемых выявлено преобладание умеренного уровня личностной тревожности (76 %). На втором этапе исследования у большинства мальчиков был зафиксирован высокий уровень



личностной тревожности (55 %). К концу обучения в 5 классе (третий этап исследования) процент мальчиков с высоким уровнем личностной тревожности снизился до 31 % (рис. 4).



*Рисунок 4. Изменение уровня личностной тревожности (мальчики) (составлен авторами)*

На основании результатов, полученных по методике «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилберга», можно говорить о преобладании у девочек к концу обучения в начальной школе умеренного уровня ситуативной тревожности (60 %). При переходе из начальной школы в средние классы основной школы прослеживается рост количества учащихся, у которых высокий уровень ситуативной тревожности (57 %). К концу обучения в 5-ом классе у девочек прослеживается снижение уровня ситуативной тревожности до умеренного уровня (56 %).

В группе мальчиков при первичном обследовании выявлено незначительное преобладание низкого уровня ситуативной тревожности (50 %). При повторном обследовании (начало обучения в 5-ом классе) зафиксирован значительный рост количества детей с высоким уровнем ситуативной тревожности (с 2 % до 45 %). Результаты третьего обследования свидетельствуют о том, что уровень тревожности снизился у 45 % детей до умеренного уровня, а у 40 % детей до низкого уровня.

По мнению разработчиков теста, ситуативная или реактивная тревожность, как состояние, характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени. Можно высказать предположение о том, что начало обучения в средних классах основной школы является такой стрессовой ситуацией, последствием которой можно считать рост показателей ситуативной тревожности.

Сравнительный анализ результатов первичного и повторного обследований, полученных по методике «Тест школьной тревожности Филипса», показал, что по всем параметрам данного теста у девочек прослеживается рост показателей. В частности, хорошо виден значительный рост уровня по шкале «Общая тревожность в школе» (среднее значение — с 5,8 до 11,3). При третьем обследовании зафиксировано снижение показателей по данной шкале до 7,8 (среднее значение). Результаты, которые были получены в группе мальчиков, схожи с представленными выше результатами в группе девочек. При первичном обследовании показатель по шкале «Общая тревожность в школе» соответствует 6 (среднее значение), при повторном обследовании просматривается рост данного показателя до 11 (среднее значение). Результаты третьего обследования дают возможность констатировать улучшение ситуации и снижение среднего значения по данному параметру до 7 (среднее значение).

Представленные результаты свидетельствуют о том, что в данной группе испытуемых переход в средние классы основной школы опосредовал повышение уровня общей тревожности (общее эмоциональное состояние детей, связанное с различными формами его включения в жизнь школы). Высокий уровень эмоционального напряжения лишает детей возможности развивать свои потребности в успехе. Потребность соответствовать ожиданиям окружающих, в данном случае, является причиной возникновения тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей. В таких ситуациях у детей возникает страх несоответствия ожиданиям окружающих. Нельзя обойти вниманием и, существующие проблемы и страхи в отношениях с учителями. Частично данная ситуация стабилизируется к концу 5-го класса.

На основании результатов исследования можно говорить о том, что подтверждены гипотезы о повышении уровня личностной и ситуативной тревожности на этапе перехода детей из начальной школы в основную.

На данный момент назрела необходимость улучшения качества образования, которая выдвигает на один из первых планов решение вопроса о наличии взаимосвязи тревожности и школьной успешности детей. Инновационные Федеральные государственные образовательные стандарты начального и среднего общего образования выдвигают требования мобилизации педагогов относительно создания психологически безопасной и комфортной образовательной среды. Одной из основных задач учителей становится обеспечение преемственности начального и общего образования.

В дальнейшем авторы планируют разработать коррекционную программу для снижения уровня тревожности у учеников с использованием методов, зарекомендовавших себя как наиболее эффективные именно при коррекционной работе с детскими страхами и тревожностью, например, различные методы арт-терапии, игровой терапии, сказкотерапии, куклотерапии, методы поведенческой психотерапии, а также метод коррекции страхов и тревожности посредством включения в процесс родителей и гармонизации детско-родительских отношений [19].

### Выводы

1. При переходе из начальной в основную школу уровень личностной и ситуативной тревожности у детей повышается.
2. К концу обучения в 5-ом классе основной школы уровень как личностной, так и ситуативной тревожности, понижается, но не достигает уровня, выявленного у детей при окончании начальной школы.
3. У девочек, по сравнению с мальчиками, выявлен более высокий уровень страха ситуации проверки знаний (негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей).

### Заключение

В последнее десятилетие повысился интерес к изучению проблемы тревожности в детском возрасте. На наш взгляд, это связано с пониманием того, что повышенный уровень тревожности оказывает свое негативное влияние на все сферы психики ребенка: когнитивную, коммуникативную, морально-волевую, аффективно-эмоциональную.

Тревожности, как негативному переживанию ребенка, отведено особое место по той причине, что именно она, как правило, опосредует снижение не только работоспособности ребенка, но и влияет на продуктивность его деятельности. Под высоким уровнем тревожности скрывается комбинация различных эмоций, которые влияют на то, как ребенок строит социальные взаимоотношения, каково его соматическое состояние, как функционирует его восприятие, мышление, поведение. Кроме всего перечисленного, высокий уровень тревожности негативно влияет на формирование самооценки ребенка, на его успешность и статус в классе. Наличие высокого уровня тревожности у ребенка может быть отражением того, что он недостаточно эмоционально приспособлен к тем или иным социальным ситуациям.

Проведенное нами исследование позволило выявить и обозначить проблему, связанную с повышением уровня тревожности у детей при переходе из начального в среднее звено общего образования. Дети с низким и средним уровнем тревожности, в условиях перехода в пятый класс, и связанного с ним изменения привычного шаблона школьного обучения проявили повышенный уровень тревожности в ситуациях проверки (особенно публичной) знаний, у них появился страх несоответствия ожиданиям окружающих и т. п., т. е. повседневные учебные ситуации для учеников становятся связаны с переживанием негативных эмоций, стресса и тревоги. Повышенный уровень тревожности повышает риски неуспешной школьной адаптации, и, как следствие, школьной неуспешности. К концу обучения в пятом классе уровень тревожности у детей начинает снижаться, но не достигает показателей четвертого класса.

Для преодоления проблем, связанных с повышением уровня тревожности у школьников при переходе в пятый класс, нам кажется особенно важным осуществление психолого-педагогического сопровождения учебного процесса в этот период.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Беляева Л.Ю., Чаткина С.Н. Оптимизация тревожности младших школьников в процессе тренинговых занятий // Интеграция науки и образования в XXI веке: психология, педагогика, дефектология. — 2016. — С. 112–117.
2. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. — М.: Наука, 1991. — 456 с.
3. Красильников И.А. Феномен внутриличностного конфликта в социальном психоанализе // Известия саратовского университета. — 2014 — Т. 14(№ 4). — С. 68–73.
4. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Собрание сочинений в 3-х томах. Т. 1. Гл. 5 — М.: Смысл, 1997. — Т. 1. Гл. 5. — С. 346.
5. Салливан Г.С. Интерперсональная теория в психиатрии. — М: КСП+, 1999. — 156 с.
6. Фромм Э.З. Иметь или быть? — М.: Директ-Медиа, 2008. — 405 с.
7. Ватель Л.В., Климова Н.Е. Соотношение понятий "тревожность" и "школьная тревожность" в отечественной и зарубежной литературе // Результаты современных научных исследований и разработок. 2019. — С. 241–243.
8. Hoge E., Bickham D., Cantor J. Digital Media, Anxiety, and Depression in Children. // Pediatrics. — 2017. — Supplement — Vol. 140. — P. 76–80.

9. Leyba E. Simple Ways to Soothe An Anxious Child: Telling kids to "calm down" or "buck up" doesn't work. Here's what to do instead. // *Psychology Today*. — May/Jun 2020. — Vol. 53. — Issue 3. P. 32–33.
10. Борисова И.В. Взаимосвязь школьной тревожности и мотивации учебной деятельности на этапе адаптации к обучению в 5-х классах // *Психологическая наука и образование*. — 2018. — Т. 23(№ 5) — С. 22–28. DOI: 10.17759/pse.2018230503.
11. Суннатова Р.И., Адаскина А.А. Стиль отношения значимых взрослых к ребенку как условие становления школьной неуспешности // *Психологическая наука и образование*. — 2019. — Т. 24(№ 2). — С. 93–103. DOI: 10.17759/pse.2019240209.
12. Тузова А.В. Адаптация младших школьников при переходе из начальных классов в средние // *Дни науки студентов ВГУ им. А.Г. и Н.Г. Столетовых*. 2019. — С. 2079–2087.
13. Тарасова С.Ю., Осницкий А.К. Психофизиологические и поведенческие показатели школьной тревожности // *Психологическая наука и образование*. — 2015. — Т. 20(№ 1). — С. 59–68. DOI 10.17759/pse.2015200107.
14. Рачеева Ю.О. Тревожность и мотивация к учению как факторы школьной неуспеваемости // *Научные исследования и разработки молодых ученых*. — 2016. (№ 10) — С. 92–96.
15. Емельяненко М.С., Исаев Е.И. Вопросы преемственности ступеней обучения в психолого-педагогической науке // *Молодой ученый*. — 2019. (№ 25(263)). — С. 414–417. URL: <https://moluch.ru/archive/263/60913/> (дата обращения: 10.08.2022).
16. Headley, Clea J.; Campbell, Marilyn A. Teachers' Recognition and Referral of Anxiety Disorders in Primary School Children. // *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*. — 2011. — Vol. 11. — P. 78–90.
17. Бердманова. И.Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития. — Санкт-Петербург, 2002. — С. 60–64.
18. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. — Санкт-Петербург: Речь, 2004. — 248 с.
19. Кочетова Ю.А. Психологическая коррекция детских страхов [Электронный ресурс] // *Психологическая наука и образование psyedu.ru*. — 2012. — Т. 4(№ 1). URL: [https://psyjournals.ru/psyedu\\_ru/2012/n1/](https://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n1/).

**Emelyanova Elizaveta Andreevna**

Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia  
E-mail: Lizamgppu@mail.ru  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5742-5630>

**Golovanova Irina Aleksandrovna**

Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia  
E-mail: golovanovaia@bk.ru  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6115-5095>

**Lobakova Kristina Vladimirovna**

School No. 1409, Moscow, Russia  
E-mail: lobakova171@gmail.com  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3647-625X>

## **Manifestation of anxiety in schoolchildren during the transition to primary school**

**Abstract.** The article is devoted to the study of the manifestation of anxiety in childhood, namely, in the conditions of the educational environment, in particular, during the transition of a younger student to the next stage of education. Anxiety indicates a perceived danger in the vicinity of the subject, an increased level of anxiety suggests both the presence of a wide range of different situations perceived as a threat, and a habitual way of responding. School anxiety is a special case of anxiety. The article presents the materials of an empirical study obtained on a sample of children aged 10 — 11 years in the amount of 129 people (67 girls and 62 boys). During the study, the following methods were used: «The Scale of Explicit Anxiety CMAS by J. Taylor (1953)» (adapted by A.M. Prikhozhan (1994)), «The Scale for Assessing the Level of Reactive and Personal Anxiety of Ch.D. Spielberg (1953)» (Adapted by Yu.L. Khanin (1978)), «Philips' School Anxiety Test (1975)», «Projective Drawing for the Diagnosis of School Anxiety «I'm at School»» (Ovcharova R.V., 1996). The results obtained allow us to say that the level of personal and situational anxiety of students increases during the transition from elementary to basic school. However, by the end of the first year of study at the level of basic general education, the level of personal and situational anxiety decreases somewhat. At the same time, the girls participating in the study demonstrated a higher level of fear of the situation of control and testing of knowledge (the situation that had the most negative impact on the level of anxiety was a public test of knowledge) compared to boys of the same age group.

**Keywords:** anxiety; school anxiety; educational environment; primary school age