

## **СПЕЦИФИКА ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ АГРЕССИВНОСТИ**

**Белова О.В., Куимова Н.Н.**

Высокая тревожность среди старшеклассников представляет собой серьезную проблему нашего времени. Эта тема привлекла внимание многих ученых, как отечественных, так и зарубежных. У школьников можно выделить специфический вид тревожности, называемый школьной тревожностью. Она относится к типу тревожности, возникающему в ситуациях, связанных с взаимодействием ученика с образовательной средой. Школьная тревожность включает в себя реакции на учебный процесс, социальное окружение и требования системы образования, что делает её важным объектом изучения в рамках психологии образования. Наиболее подверженной эмоциональным перепадам является группа школьников среднего и старшего звена. Школьники, сталкиваясь с такими проблемами, формируют эмоциональные механизмы реагирования, что в дальнейшем может привести к трудностям в межличностном общении и невозможности контролировать свои эмоции. Утрата самоконтроля над эмоциями нередко способствует увеличению агрессивного и аутоагрессивного поведения. Агрессивные тенденции могут служить способом «замаскировать» школьную тревожность. Актуальность изучения агрессии обоснована тем, что она является одной из самых частых и серьезных проблем в практике педагогов и психологов. Конфликты с учителями, враждебность к одноклассникам и конфронтации с родителями — все это проявления агрессивного поведения, с которыми сталкиваются специалисты. Предположение о том, что существует связь между уровнем тревожности и агрессивности, вполне обосновано. Программы мероприятий, направленные на снижение тревожности, могут в своем итоге помочь в изменении агрессивности старшеклассников.

Ключевые слова: тревожность, агрессивность, старшеклассники, психология, педагогика

## **SPECIFICITY OF MANIFESTATION OF ANXIETY IN HIGH SCHOOL STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF AGGRESSIVENESS**

**Belova O.V., Kuimova N.N.**

High anxiety among high school students is a serious problem of our time. This topic has attracted the attention of many scientists, both domestic and foreign. Schoolchildren have a specific type of anxiety called school anxiety. It refers to the type of anxiety that occurs in situations related to the interaction of the student with the educational environment. School anxiety includes reactions to the educational process, social environment and the requirements of the education system, which makes it an important object of study in the framework of educational psychology. The group of middle and senior schoolchildren is most susceptible to emotional changes. Schoolchildren, faced with such problems, form emotional response mechanisms, which in the future can lead to difficulties in interpersonal communication and the inability to control their emotions. Loss of self-control over emotions often contributes to an increase in aggressive and auto-aggressive behavior. Aggressive tendencies can serve as a way to "mask" school anxiety. The relevance of studying aggression is justified by the fact that it is one of the most frequent and serious problems in the practice of teachers and psychologists. Conflicts with teachers, hostility to classmates and confrontations with parents are all manifestations of aggressive behavior that specialists encounter. The assumption that there is a connection between the level of anxiety and aggressiveness is quite justified. Programs of activities aimed at reducing anxiety can ultimately help change the aggressiveness of high school students.

Key words: anxiety, aggressiveness, high school students, psychology, pedagogy

### **Введение**

Высокая тревожность среди старшеклассников представляет собой серьезную проблему нашего времени. Эта тема привлекла внимание многих ученых, как отечественных, так и зарубежных. Исследования тревожности, касающиеся школьников, проводили такие

специалисты, как Л. Мерфи, Р. Лазарус, Г. Селье, Л. А. Дубровина, В. А. Бодров, Ю. В. Щербатых, Л. В. Тукина, К. В. Судаков, М. К. Тетуева и другие [3].

Вопросы исследования и диагностики тревожности постоянно находятся в фокусе внимания психологов. К числу исследователей, занимающихся этой темой, относятся А. М. Прихожан, Л. М. Костина, В. В. Белоус, В. С. Мерлин, В. А. Бакеев, П. В. Румянцева, Ю. Л. Ханин, Ч. Спилберг и другие. Они подчеркивают важность изучения состояния тревожности, которая является универсальным эмоциональным предвосхищением неудачи, влияющим на механизм саморегуляции, активизируя психические ресурсы и стимулируя поисковую активность. В то же время известно, что тревожность, превышающая оптимальные уровни, может негативно сказаться на поведении и деятельности человека [4].

Хроническое чувство тревоги как состояние дисбаланса и постоянная готовность к его проявлению формируют личностное новообразование — тревожность. Исследовано, что повышенная тревожность является неблагоприятной характеристикой и оказывает отрицательное влияние на жизнь человека. Учитывая, что данная черта может быть диагностирована уже в три года, изучение детской тревожности становится особенно важным. Указанная проблема тревожности действительно выходит за рамки возрастных границ. В то время как в дошкольный и школьный периоды она приобретает особую актуальность, она также важна и для работы со взрослыми. Особенно стоит обратить внимание на тревожность среди учеников 10-11 классов. В этом возрасте, помимо физиологических изменений, таких как гормональная перестройка, актуализируется проблема выбора будущей профессии и значительные учебные нагрузки из-за подготовки к ЕГЭ, что, безусловно, повышает уровень тревожности у старшеклассников.

### **Материалы и методы**

В настоящее время психологи выделяют два основных типа тревожности: ситуативную и личностную. Ситуативная тревожность возникает в ответ на конкретные, непосредственные угрозы, например, перед экзаменами. После завершения экзамена тревога обычно исчезает. Личностная тревожность, в отличие от ситуативной, является более устойчивой чертой личности, которая сохраняется на протяжении времени и служит показателем индивидуальных различий.

Кроме того, у школьников можно выделить специфический вид тревожности, называемый школьной тревожностью. Она относится к типу тревожности, возникающему в ситуациях, связанных с взаимодействием ученика с образовательной средой. Школьная тревожность включает в себя реакции на учебный процесс, социальное окружение и требования системы образования, что делает её важным объектом изучения в рамках психологии образования.

Действительно, наиболее подверженной эмоциональным перепадам является группа школьников среднего и старшего звена. Этот возраст характеризуется столкновением с множеством неблагоприятных факторов, которые негативно влияют на психическое здоровье. Школьники, сталкиваясь с такими проблемами, формируют эмоциональные механизмы реагирования, что в дальнейшем может привести к трудностям в межличностном общении и невозможности контролировать свои эмоции.

Утрата самоконтроля над эмоциями нередко способствует увеличению агрессивного и аутоагрессивного поведения. Агрессивные тенденции могут служить способом «замаскировать» школьную тревожность. Наиболее распространенные проявления агрессии включают:

- Повышение голоса
- Злословие
- Оскорбления
- Принуждение
- Физическое воздействие

Среди форм агрессивного поведения можно выделить:

- Вербальная агрессия: использование словесных оскорблений для выражения агрессивного отношения
- Физическая агрессия: применение физической силы по отношению к другому человеку
- Предметная агрессия: срыв агрессии на окружающих предметах
- Эмоциональная агрессия: эмоциональное отчуждение, сопровождаемое подозрительностью и враждебностью
- Самоагрессия: внутренний конфликт и отсутствие механизмов психологической защиты

Актуальность изучения агрессии обоснована тем, что она является одной из самых частых и серьезных проблем в практике педагогов и психологов. Конфликты с учителями, враждебность к одноклассникам и конфронтации с родителями — все это проявления агрессивного поведения, с которыми сталкиваются специалисты. Педагоги и психологи часто испытывают затруднения в разрешении агрессии, а современное понимание агрессивного поведения остается сложным и неоднозначным. Исследования в этой области нередко фокусируются либо на теоретических аспектах агрессии, либо на отдельных социальных детерминантах и характеристиках личности [10, 11].

В современных психологических исследованиях агрессии наблюдается направленность на дошкольный и подростковый возраст (Бреслав Г.Э., Зимилева З.А., Колосова С.Л., Копченова Е.Е., Платонова Н.М., Румянцева Н.Н., Семенюк Л.М. и др.). Вместе с тем, старший школьный возраст представляет особый интерес с точки зрения его сензитивности к становлению

мировоззрения и формированию системы жизненных ценностей (Божович Л.И., Выготский Л.С., Дубровина И.В., Елисеева Н.Ю., Кон И.С., Мудрик А.В., Мухина В.С., Петровский А.В., Пряжников Н.С., Рубинштейн С.Л., Сергунина С.В., Слободчиков В.И., Тулупьева Т.В., Фельдштейн Д.И., Шумилин Е.А. и др.) [8]. В связи с процессом развития рефлексии в старшем школьном возрасте, представляется важным исследование отношения юношей и девушек к проблеме агрессии: степени ее осознанности, внутренней готовности к агрессивному поведению, уровня владения способами сдерживания агрессии. В зарубежной и отечественной психологии проблема агрессивного поведения получила достаточно широкую разработку (Bandura A., Baron R., Berkowitz L., Buss A., Campbell A., Dollard J., Feshbach S., Miller N., Richardson D., Zillmann D., Ениколопов С.Н., Знаков В.В., Истратова О.Н., Князева О.Н., Ковалев П.А., Копченова Е.Е., Левитов Н.Д., Неймарк М.С., Ольшанская Е.В., Осницкий А.К., Реан А.А., Румянцева Т.Г., Семенюк Л.М., Смирнова Т.П., Соловьева С.Л., Фурманов И.А. и др.) [9]. Однако, несмотря на множество работ по проблеме агрессии, в ее изучении остаются нерешенные вопросы, так как количество проявлений агрессивного поведения, наблюдаемых в практике школьных психологов и педагогов, не снижается. Актуальность исследования психологических факторов агрессивного поведения старшеклассников также обусловлена рядом противоречий. Они возникают между необходимостью изучения агрессивного поведения учащихся и недостаточной разработанностью психологических подходов к данной проблеме в психологии. Это приводит к востребованности в школьной практике разработки теоретических обоснований и практических мер по снижению агрессии учащихся старшего школьного возраста в условиях, когда большинство научных работ направлено на дошкольный и подростковый возраст. Указанные противоречия между потребностью снижения уровня агрессии в образовательной среде и недостаточным владением педагогами и психологами эффективными практическими мерами по ее предупреждению и снижению диктуют настоятельную необходимость продолжения изучения проблемы агрессии.

Тревожность и агрессивность действительно играют важную роль в жизни подростков, особенно в старшей школе. Стрессоры, с которыми сталкиваются молодые люди, могут оказывать значительное влияние на их психоэмоциональное состояние.

Исследования показывают, что существует взаимосвязь между уровнем агрессивности и проявлениями тревожности. Например, работа К. Р. Левина и его коллег [5] подчеркивает, что подростки с высоким уровнем агрессивности чаще испытывают признаки тревожности. Это может быть связано с их трудностями в управлении эмоциями и конфликтами. В то же время исследования А. В. Смирнова [6] указывают, что старшеклассники с низким уровнем

агрессивности могут испытывать тревожность, связанную с социальной оценкой и ожиданиями окружающих.

Таким образом, различия в проявлениях тревожности у старшеклассников с разными уровнями агрессивности действительно требуют углубленного анализа.

Программы мероприятий, направленные на снижение тревожности, могут в своем итоге помочь в изменении агрессивности старшеклассников. Это может включать тренинги по управлению эмоциями, социальным взаимодействиям и развитию навыков межличностного общения.

Нами была разработана и экспериментально апробирована программа диагностики, направленная на изучение «тревожности» и «агрессивности» старшеклассников, которая поможет выявить их особенности. В нее вошли следующие методики:

-для измерения тревоги по поводу будущего применялась Шкала темного будущего.

-чтобы определить уровни таких психических свойств, как тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность применялся тест «Самооценка психических состояний» (по Айзенку) [1].

-опросник Спилбергера–Ханина - методика, которая позволяет дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство и как состояние, связанное с текущей ситуацией и тест поможет определить выраженность тревожности в структуре личности [8].

-шкала личностной тревожности А.М. Прихожан позволяет определить наличие общей, школьной, межличностной, самооценочной и магической тревожности, а также определить ее уровень [8].

-тест эмоций (Опросник Басса-Дарки) направлен на выявление физической агрессии, косвенной агрессии, раздражительности, негативизма, обидчивости, подозрительности, вербальной агрессии и чувства вины [8].

-личностный опросник ИСН составлен как ориентировочная методика для выявления суицидально опасных установок у подростков 13—18 лет [8].

С нашей точки зрения, вышеуказанный набор методик позволяет получить обширную информацию не только о специфике проявления тревожности у каждого отдельного респондента, но и оценить их уровень агрессивности и соотнести между собой эти параметры.

Респондентами в нашем исследовании выступали учащиеся Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Школа № 169" Автозаводского района г.Нижнего Новгорода в количестве 42 человек, а именно ученики 11 класса в количестве 20 человек (из них 11 мальчиков и 9 девочек), и ученики 10 класса в количестве 22 человек (из них 17 девочек и 5 мальчиков).

Исследование проводилось во время занятия по психологической грамотности в течение 2 академических часов с каждым из классов. Для проведения исследования использовались онлайн платформы для психологического тестирования.

### **Результаты исследования**

Обобщив полученные нами экспериментальные данные, мы можем говорить, что больше половины учащихся 10 класса адаптированы и имеют средний и низкий уровень тревожности (60%), у 40% учащихся (9 человек) высокий уровень тревожности. Среди учеников 11 класса наблюдаются схожие процентные и количественные показатели результатов - 7 человек из 20 имеют высокий уровень тревожности и 5 человек низкий уровень. Обращает на себя внимание тот факт, что среднестатистические данные по обоим классам не выходят за рамки условной нормы по большинству показателей. Однако, при анализе полученных цифр были выявлены респонденты, имеющие максимальные (критические) значения в каждом из классов по каждой из методик. Замечено, что у данных респондентов критические показатели наблюдаются по подавляющему большинству пунктов из методики. Более того, выявлено, что одни и те же респонденты имеют критические значения по 4 и более методикам. Из этого следует, что в 10 и 11 классах есть ученики с критическим уровнем тревоги и напряженности в количестве, превышающем 30% от общего числа учеников. У этих респондентов наблюдается склонность к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, разочарования, раздражения, отчаяния, затрудненность (вплоть до полной неспособности) в изменении намеченной субъектом программы деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки. Для них характерна не вызванная объективными обстоятельствами, неспровоцированная враждебность по отношению к людям, окружающему миру. Проявляется в тенденции нападать, причинять неприятности, наносить вред людям, животным, окружающему миру. Иногда проявляется в форме демонстрации превосходства в силе по отношению к другому человеку или иному социальному объекту. Что является проявлениями различных форм агрессивного поведения. Чем выше показатели агрессии, тем ярче мы видим поведенческие проявления тревожности, да и сама тревожность будет иметь более высокое значение.

### **Обсуждение и заключение**

Соотнося полученные данные методик, направленных на выявление специфики проявления тревожности у обучающихся с разными уровнями агрессивности, мы можем говорить о том, что уровень тревожности обусловлен уровнем агрессивности среди учеников 10-11 классов, что находит отражение в работах отечественных и зарубежных исследованиях.

Как перспективу нашей исследовательской работы мы определяем разработку программы психолого-педагогического сопровождения, направленной на изменение уровня тревожности, что позволит изменить уровень агрессивности у старшеклассников.

## Список использованных источников

1. Айзенк Г. Универсальные тесты / Г. Айзенк. - СПб: Изд-во «Стелла», 1995.- 144 с.
2. Алферов А.Д. Психология развития школьников: учебное пособие по психологии / А.Д. Алферов. - Ростов н/Д.: Феникс, 2000. - 384 с.
3. Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей. Психодиагностические таблицы. Психодиагностические методики. Коррекционные упражнения. - М.: Издательство "Ось-89", 1997.-224 с.
4. Астапов, В.М. Тревога и тревожность. Хрестоматия -М.: ПЕР СЭ, 2008.-240 с.
5. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - СПб.: Питер, 2008. - 400 с.
6. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. -СПб.: СОЮЗ, 1997.-220 с.
7. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте: метод, пособие для дет. практ. психологов учреждений образования. - М.: Академия, 1997. - 123 с.
8. Карелин, А.А. Психологические тесты. В 2 т. / А.А. Карелин. - М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2005. - 312 с. - Т. 1.
9. Кон И.С. Психология старшеклассника. - М.: Изд-во «Просвещение», 1982. - 208 с.
10. Куимова Н.Н., Балужева Ю.С. К вопросу снижения уровня тревожности старших дошкольников посредством игры // Нижегородский психологический альманах. – 2024. – № 1. URL: [psykaf417.esrae.ru/39-443](https://psykaf417.esrae.ru/39-443) (дата обращения: 10.01.2025).
11. Куимова Н.Н., Балужева Ю.С. Исследование особенностей проявления тревожности у первоклассников, находящихся на этапе адаптации // Нижегородский психологический альманах. – 2022. – № 1. URL: [psykaf417.esrae.ru/35-351](https://psykaf417.esrae.ru/35-351) (дата обращения: 10.01.2025).

---

**Куимова Наталья Николаевна**, кандидат психологических наук, доцент ФГБОУ ВО «НГПУ им. К.Минина» Нижний Новгород, Российская Федерация, телефон: +79036096130, e-mail: [kuimova\\_nataliy@mail.ru](mailto:kuimova_nataliy@mail.ru)

**Белова Ольга Васильевна**, магистрант ФГБОУ ВО «НГПУ им. К.Минина», Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: [lelya\\_belova@bk.ru](mailto:lelya_belova@bk.ru), телефон: 89524445065

---

**Kuimova Natalia Nikolaevna**, Ph.D. in Psychology, Associate Professor NSPU named after K. Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: [kuimova\\_nataliy@mail.ru](mailto:kuimova_nataliy@mail.ru), phone: +79036096130

**Belova Olga Vasilievna**, master student NSPU named after K. Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: [lelya\\_belova@bk.ru](mailto:lelya_belova@bk.ru), телефон: 89524445065

---

### 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии

7 стр.