

УДК 159.9

Социальная психология

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ И СПЛОЧЁННОСТИ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Лебедева О. В., Щербатых Е. С.

В статье представлен теоретический анализ проблемы тревожности и сплочённости классного коллектива в младшем школьном возрасте. Рассмотрены понятия тревоги и тревожности, изучаемые в отечественной и зарубежной психологии. Перечислены негативные проявления тревожности у младших школьников. Раскрыто понятие сплочённости малой группы как единства и согласованности её членов. Подробно описано, через какие механизмы реализуется сплочённость: положительные эмоции, доверие, коммуникация, общность целей, сотрудничество и готовность поддерживать и помогать друг другу. Отмечается, что доверие вызывает у детей чувство безопасности, предоставляет возможность выразить мнение без страха критики и сводит к минимуму разногласия между детьми. Общение и поддержка делают детей более уверенными и открытыми, а совместная деятельность укрепляет чувство принадлежности к группе. Также в статье приведены результаты эмпирического исследования взаимосвязи уровня тревожности и сплочённости обучающихся начальных классов.

Ключевые слова: тревожность, тревога, младший школьный возраст, сплочённость классного коллектива, страх, социометрический статус

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND CLASSROOM COHESION IN PRIMARY SCHOOL AGE

Lebedeva O. V., Shcherbatykh E. S.

The article presents a theoretical analysis of the problem of anxiety and class group cohesion in primary school age. The concepts of fear and anxiety, as studied in Russian and foreign psychology, are examined. Negative manifestations of anxiety in primary school children are listed. The concept of small group cohesion as the unity and consistency of its members is revealed. It is described in detail through which mechanisms cohesion is realized: positive emotions, trust, communication, common goals, cooperation, and readiness to support and help each other. It is noted that trust evokes a sense of security in children, provides an opportunity to express opinions without fear of criticism, and minimizes disagreements between children. Communication and support make children more confident and open, while joint activities strengthen the sense of belonging to the group. The article also presents the results of an empirical study of the relationship between anxiety levels and the cohesion of primary school students.

Keywords: anxiety, anxiousness, primary school age, classroom cohesion, fear, sociometric status

Введение

Младший школьный возраст – важный период в жизни ребёнка. В этот период происходит формирование личности школьников, их основных свойств характера и личностных качеств. Как подметили в статье И.В. Калинина и Е.С. Обухова, «это время перехода от дошкольной жизни к систематическому обучению в школе. В этот период дети вступают в активную фазу образовательного процесса» [3]. Уровень тревожности на этом этапе во многом определяется уровнем успешности обучения в школе. Как справедливо было замечено А.Д. Гусовой, тревожность оказывает замедляющее воздействие на общее умственное развитие детей, приводя к определённому запозданию их от нормативного хода развития [2]. Дети

сталкиваются с массивной и непростой учебной программой, что может вызывать отрицательные эмоции, снижать самооценку и приводить к устойчивому беспокойству, особенно в ситуациях проверки знаний.

Школьная нагрузка и обучение в целом не являются единственной причиной, влияющей на развитие тревожности у школьников. Одним из факторов является также психологический климат в классе. Если в детском коллективе ситуация разобщённости: частые конфликты, насмешки, изолированность некоторых детей, проблемы в межличностных взаимоотношениях, отсутствие позитивного психологического климата, дефицит взаимопомощи и поддержки между детьми, то тревога у них может нарастать. Напротив, атмосфера сплочённости имеет большой потенциал для того, чтобы содействовать увеличению положительного эмоционального состояния каждого члена группы. Притязание на признание со стороны других людей начинает рано развиваться в онтогенезе, одобрение или неодобрение со стороны других людей имеют определяющее значение для становления человека как личности и как субъекта собственной деятельности [5].

Актуальность данной темы трудно переоценить. Как подчёркивает М.Ю. Фиш, сформированная тревожность как черта характера приводит к серьёзным последствиям во взрослой жизни: к снижению самооценки, к формированию иррациональных убеждений, к склонности преувеличивать опасность, к преобладанию мыслей об опасности и угрозах, к развитию перфекционизма, к низкой толерантности к неопределённости, к проблемам с концентрацией внимания, к неудовлетворённости жизнью и к множеству других проблем [13]. В младшем школьном возрасте тревожность только формируется. Поэтому работа по предупреждению её развития очень важна. Одной из важных составляющих данной деятельности является работа по формированию сплочённости в детских коллективах: обучение детей навыкам общения, сотрудничества, взаимодействия, разрешения конфликтов, развитие эмпатии, уважительного отношения к другим, терпения. Именно в младшем школьном возрасте закладываются основы социального поведения, что для дальнейшей социализации играет большую роль.

Проблема тревожности изучается давно. А.М. Прихожан утверждала, что «тревожность – это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, предчувствием грозящей опасности» [8, с. 9]. Ч. Спилбергер определял тревожность как свойство личности, при котором человек склонен испытывать состояние тревоги как неприятное эмоциональное состояние, проявляющееся субъективными ощущениями напряжения, беспокойства, мрачных предчувствий, а с физической стороны – активацией автономной нервной системы [12, с. 86]. В.М. Астапов подчеркивает, что «тревога характеризуется субъективными ощущениями напряжения, ожидания неблагоприятного

развития событий» [12, с. 151]. По мнению А.А. Соколовой, проявления тревожности у младших школьников приводят к ряду негативных последствий, включая: частые беспричинные переживания, постоянное внутреннее напряжение, трудности концентрации, избегание контактов, снижение стрессоустойчивости, нарушения сна и аппетита, соматические жалобы (головные боли, боли в животе), неуверенность в себе, боязнь определённых ситуаций [10].

Важно подчеркнуть, что школьный класс является для ребёнка малой социальной группой – ближайшим окружением, средой непосредственного общения [11, с. 175]. Нельзя не согласиться с И.С. Бубновым и А.М. Компанеевым в том, что сплочённость группы означает степень единства и согласованности её членов, она реализуется через положительные эмоции, доверие, общение, общие цели, сотрудничество и готовность поддерживать друг друга [1]. Доверие, как подчеркивает И.М. Крючкова, способствует снижению конфликтов, формирует дружеские отношения между детьми, влияет на снижение уровня напряженности и стресса в отношениях [4]. Как отмечает Л.И. Лубышева, в сплочённых коллективах группа воспринимается как единое целое, в них низкая конфликтность, члены группы занимают активную позицию с фокусом на общие цели и задачи. Взаимоотношения в сплочённых группах более открытые и наполнены взаимопомощью и поддержкой [6].

Отсюда можно сделать вывод, что сплочённая атмосфера в классе содействует более продуктивной и эмоционально позитивной деятельности детей, так как она наполняется дружелюбием, безопасностью, уважительным отношением друг к другу, что значительно снижает риск развития тревожности.

Материалы и методы

На основе изучения теоретического материала по заявленной проблематике, нами была разработана программа диагностики уровня тревожности и сплочённости классного коллектива младших школьников. Эмпирическое изучение рассматриваемых психологических феноменов было проведено на базе МБОУ «Школа № 169» г. Нижнего Новгорода, в нём приняли участие ученики 3 «А» и 3 «Б» классов общей численностью 50 человек. В качестве методик изучения были использованы: опросник «Оценка уровня тревожности» Б. Филлипса, социометрического теста Я. Морено. Полученные эмпирические данные получили количественную и качественную интерпретацию.

Результаты исследования

Анализ результатов опросника Б. Филлипса показал, что в целом уровень тревожности в обоих классах находится в пределах нормы. В 3 «А» классе 72% детей показали нормальный уровень тревожности, в 3 «Б» классе – 88%. В то же время в обоих классах присутствуют дети с повышенным и высоким уровнем тревожности. В 3 «А» классе таких детей 24%

(повышенный уровень) и 4% (высокий уровень) от общего количества учащихся. В 3 «Б» классе – 8% с повышенным и 4% с высоким уровнем тревожности. Таким образом, в 3 «Б» классе уровень тревожности в целом ниже по сравнению с 3 «А» классом.

Детальный анализ по отдельным факторам тревожности выявил следующие особенности. В 3 «А» классе большой процент детей испытывают страх самовыражения – 48% учащихся. При этом у 32% из них тревожность в рамках данного фактора имеет высокий уровень. В 3 «Б» классе ситуация по фактору страха самовыражения значительно лучше: повышенный уровень зафиксирован у 16% детей, высокий – у 8%. Также в обоих классах есть дети с уровнем переживания социального стресса выше нормы: в 3 «А» – 16%, в 3 «Б» – 24%.

Анализ результатов социометрического теста показал, что индекс сплочённости (индекс психологической взаимности) в обеих группах является достаточно низким. При сравнении двух классов выявлено, что в 3 «А» классе уровень сплочённости выше (индекс = 0,25), чем в 3 «Б» классе (индекс = 0,19). Эти результаты ставят под сомнение выдвинутую гипотезу о том, что уровень сплочённости взаимосвязан с уровнем тревожности, поскольку в классе с более высокой сплочённостью (3 «А») уровень тревожности оказался выше, а в классе с более низкой сплочённостью (3 «Б») – ниже.

При сопоставлении результатов двух методик были получены следующие данные:

- Ученики, имеющие социометрический статус «звёзды» (наиболее популярные) в обоих классах, по всем факторам тревожности демонстрируют уровень в пределах нормы. Это может свидетельствовать о том, что высокое положение в группе одноклассников положительно влияет на эмоциональное состояние детей, в частности на снижение тревожности. Вместе с тем нельзя исключать альтернативное объяснение: эти дети изначально имели нормальный уровень тревожности, что способствовало их успешному утверждению в группе сверстников.
- Некоторые дети (меньшинство из них) с социометрическим статусом «предпочитаемые» и «принятые» также показывают нормальный уровень тревожности по всем факторам, несмотря на более низкое положение в группе по сравнению со «звёздами».
- Отвергаемые дети (по одному человеку в каждом классе) демонстрируют по многим факторам повышенный и даже высокий уровень тревожности.

Обсуждение и заключение

Проведённое теоретическое и эмпирическое изучение позволяет сделать вывод о взаимосвязи тревожности и сплочённости классного коллектива в младшем школьном возрасте. Полученные данные показывают отсутствие чёткой и однозначной связи между общим уровнем сплочённости класса (индексом групповой взаимности) и общим уровнем тревожности. В двух классах значительная часть детей имеет нормальный уровень

тревожности, но у этих классов относительно невысокий индекс психологической взаимности (сплочённости). То есть, на тревожность такой небольшой уровень сплочённости не оказал заметного влияния. Более того, в классе («Б») с большим количеством детей (в сравнении с «А»), имеющих нормальный уровень тревожности, ниже уровень сплочённости в сравнении со вторым исследуемым классом. Возможно, на уровень тревожности влияет не столько формальный индекс взаимных выборов, сколько качество межличностных отношений, характер эмоционального климата и конкретные факторы (например, страх самовыражения), которые могут быть высокими даже в относительно сплочённом классе.

В то же время анализ на уровне индивидуальных социометрических статусов выявил небольшую особенность: чем выше статус ребёнка в группе, тем ниже уровень тревожности. «Звёзды» имеют нормальный уровень тревожности по всем факторам. Из «предпочитаемых» и «принятых» есть дети, которые также имеют тревожность в пределах нормы по всем факторам, но среди «предпочитаемых» таких детей больше, в сравнении с «принятыми», тогда как у «отвергаемых» обнаруживается тревожность выше нормы. Это согласуется с теоретическими положениями о том, что неблагоприятное положение в коллективе, отсутствие поддержки и принятия являются мощными факторами развития тревожности.

Таким образом, сплочённость коллектива в той или иной степени может оказывать влияние на уровень тревожности, но это влияние не является прямым и всеобъемлющим. Нельзя точно сказать, что повышение сплочённости класса в целом приведёт к значительному снижению тревожности у всех детей. Для того чтобы понизить тревожность, нужна более адресная работа с детьми, имеющими низкий статус (отвергаемые, изолированные).

Список использованных источников

1. Бубнова И.С., Компанеев А.М. Групповая сплочённость как мультидетерминированная характеристика малой группы // Международный научно-исследовательский журнал. 2025. №3 (153). С. 39-42.
2. Гусова А.Д. Психоэмоциональное переживание, проявляющееся через тревогу // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2016. №3 (16). С. 252-254.
3. Калинина И.В., Обухова Е.С. Факторы, влияющие на уровень тревожности детей младшего школьного возраста // Нижегородский психологический альманах. 2025. № 2. URL: psykaf417.esrae.ru/42-525 (дата обращения: 30.04.2026).
4. Крючкова И.М. Социально-психологические характеристики феномена «доверия» в работах отечественных психологов // Современные исследования социальных проблем. 2017. Т. 8. №8. С. 112-124.

5. Лебедева О.В., Повshedная Ф.В. Социально-психологический портрет современного школьника // Вестник Мининского университета. 2022. Т. 10. № 3. DOI: 10.26795/2307-1281-2022-10-3-15 (дата обращения: 26.03.2026).
6. Лубышева Л.И. Феномен «сплочённости» с позиции социологического знания // ТиПФК. 2023. № 1. С. 103-108.
7. Морено Я. Социометрия: экспериментальный метод и наука об обществе. М.: Академический проект, 2001. 384 с.
8. Прихожан А.М. Психология тревожности дошкольный и школьный возраст: монография / А.М. Прихожан СПб.: Питер, 2009. 192 с.
9. Рогов Е.И. Практикум школьного психолога. М.: Юрайт, 2024. 417 с.
10. Соколова А.А. Специфика проявления тревожности у младших школьников // Вестник науки и образования. 2024. №1 (144)-1. С. 105-107.
11. Социальная психология: хрестоматия / Сост. Е.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. М.: Аспект Пресс, 2003. 475 с.
12. Тревога и тревожность: хрестоматия / Под ред. В.М. Астапова. М.: ПЕР СЭ, 2008. 240 с.
13. Фиш М.Ю. Особенности личности при тревожных расстройствах // Молодой ученый. 2023. № 48 (495). С. 293-295.

Лебедева Оксана Валерьевна, доктор психологических наук, доцент, профессор ФГБОУ ВО «НГПУ им. Козьмы Минина», Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: lebedeva-oksana.nn@yandex.ru

Щербатых Евгения Сергеевна, магистрант ФГБОУ ВО «НГПУ им. Козьмы Минина», Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: evgesha_kisel@mail.ru

Lebedeva Oksana Valerevna, Doctor of Psychology, Associate Professor, Professor Nizhny Novgorod State Pedagogical University after Kozma Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: lebedeva-oksana.nn@yandex.ru

Shcharbatykh Evgeniya Sergeevna, Master's student, Nizhny Novgorod State Pedagogical University after Kozma Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: evgesha_kisel@mail.ru

5.3.5. Социальная психология

6 стр.