**Курсова робота**

**ВПЛИВ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

ЗМІСТ

ВСТУП

РОЗДІЛ 1. ЕМОЦІЙНА ТРИВОЖНІСТЬ

.1 Тривожність як прояв емоційної сфери

1.2 Причини виникнення тривожності і особливості її прояву у дітей молодшого шкільного віку

РОЗДІЛ 2. ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

.1 Самооцінка. Особливості розвитку самооцінки у дітей молодшого шкільного віку

.2 Вплив тривожності на формування самооцінки дитини

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ

.1 Опис методик та групи

.2 Аналіз отриманих результатів

ВИСНОВКИ

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

ДОДАТКИ

ВСТУП

Актуальність теми курсової роботи. Всебічний розвиток та виховання підростаючої особистості є однією з головних умов побудови демократичного суспільства. Кардинальні зміни в соціокультурній ситуації, що відбувається в Україні останнім часом, створюють нові умови для виховання кожної дитини особистістю з широким світоглядом, відкритої для сприйняття позитивного досвіду, вільної від психотравм. Шкільні роки, особливо період початкового навчання, є важливим етапом у житті людини, впродовж якого активно формується особистість, відбувається психічний розвиток, який нерідко супроводжується таким проявом емоційного стану як тривожність.

Сучасне наукове знання демонструє всезростаючий інтерес до проблеми тривожності особистості. Адже занепокоєння, тривога, страх - такі ж невід'ємні емоційні прояви нашого психічного життя, як і радість, захват, гнів, подив, печаль. Але при надмірній тривожності, залежності від неї змінюється поведінка людини, риси її характеру, з'являються труднощі в соціалізації. Тривожність у більшості випадків обумовлена віковими особливостями і має тимчасовий характер. Від того, чи змогли батьки вчасно виявити схильність дитини до тривожності, і у відповідності до цього змінити своє ставлення до неї, залежить подальший розвиток особистості, її нервово-психічне здоров'я. Без знання особливостей формування тривожності та її впливу на самооцінку дітей важко правильно реагувати на їх вчинки, вибрати відповідний осуд або заохочення, цілеспрямовано керувати вихованням. Звідси актуальність дослідження полягає у вивченні особливостей прояву у молодщих школярів тривожності та її впливу на самооцінку дитини.

Дослідження тривожності безпосередньо пов’язане з вивченням проблеми емоцій, яка недостатньо розроблена в психологічній науці. Деякі аспекти емоційних проявів особистості, що так чи інакше пов’язані з вивченням проблеми страхів, тривожності досліджувалися у працях А. Ананьєва, Г. Бреслова, К. Ізарда, Є. Ільїна та ін. Вивченню проблеми тривожності і стресів присвячено велику кількість досліджень зарубіжних психологів (Д. Бретт, О. Кандиш, Д. Лейн, Р. Мей, Е. Мілер та ін).

Об'єктом нашого дослідження є емоційна сфера молодшого школяра.

Предметом - вплив тривожності на формування самооцінки у молодших школярів.

Мета: з'ясувати психологічні закономірності виникнення тривожності та її вплив на формування самооцінки молодших школярів.

Відповідно до мети визначено такі завдання:

- визначити проблему тривожності в закордонній і вітчизняній психології;

- визначити поняття тривожності як емоційного процесу;

 розкрити причини виникнення тривожності та особливості її прояву у дітей молодшого шкільного віку;

 з'ясувати особливості розвитку самооцінки у молодших школярів;

- дослідити вплив тривожності на формування самооцінки молодших школярів.

Припущення: діти з високою тривожністю мають низьку самооцінку.

Теоретичну базу дослідження становлять праці фахівців з питань сутності тривожності, стресів, страхів, їх причин, виявлення, діагностики страхів, зокрема, найбільш повно ці проблеми висвітлені у роботах Астапова В., Вилюнаса В., Кочубея Б., Новікової Є., Левітова Н., Лебединського В., Лоуена О., Парафіяна А. та інших дослідників.

Методи дослідження: вивчення літератури з даної проблеми, анкетування, діагностика, порівняння, узагальнення, статистична обробка результатів .

Практична значущість даної роботи полягає у тому, що систематизований матеріал з даної проблематики може бути застосований батьками, практичними психологами та вчителями у навчально-виховному процесі, а також студентами при підготовці до практичних занять та написання рефератів.

Курсова робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг роботи - сторінка.

РОЗДІЛ 1. ЕМОЦІЙНА ТРИВОЖНІСТЬ

1.1 Тривожність як прояв емоційної сфери

Емоції і відчуття є віддзеркаленням реальної дійсності у формі переживань. Різні форми переживання відчуттів (емоції, афекти, настрої, стреси, пристрасті) утворюють в сукупності емоційну сферу людини.

За класифікацією, запропонованою К. Ізардом, виділяються емоції фундаментальні і похідні. Так, фундаментальними є: 1) цікавість-хвилювання; 2) радість; 3) здивування; 4) горе-страждання; 5) гнів; 6) відразу; 7) презирство; 8) страх; 9) сором; 10) провину [9, 45]. Із з'єднання фундаментальних емоцій виникає такий комплексний емоційний стан як тривожність, яка може поєднувати в собі і страх, і гнів, і провину, і інтерес-збудження [12, 47].

Тривожність виконує охоронну (передбачення небезпеки й підготовка до неї) і мотиваційну функцію. Тривога - емоційний стан людини, що виникає в умовах несподіваностей як при затримці приємних ситуацій, так і частіше при очікуванні неприємностей. Певний рівень тривожності - природна й обов’язкова характеристика активної діяльності особистості. У кожної людини є свій оптимальний рівень тривожності, тобто корисна тривожність. Особистість, у якої висока тривожність, схильна перебільшувати ситуацію загрози, що впливає на її самооцінку та життєдіяльність [26, 27].

Серія досліджень, проведених К. Ізард, засвідчує, що тривогу можна визначити як емоційний паттерн, який складається з декількох відносно незалежних афективних факторів, тобто тривога являє собою комплекс емоційних переживань (страху, смутку, сорому, гніву, інтересу, провини тощо). Згідно висновків К.Е.Ізард, профілі високотривожних досліджуваних відзначаються тим, що в них найбільш високими значеннями характеризуються показники названих переживань (страху, інтересу, провини та сорому) [9,60].

Відтак вчителям, психологам та батькам варто зрозуміти, що дитина у стані тривоги переживає, як правило, не одну емоцію, а деяку комбінацію або паттерн різних емоцій, кожна з яких впливає на соціальні взаємини, соматичний стан, пізнавальні процеси й поведінку в цілому.

Тривожна людина постійно очікує несприятливого розвитку якихось подій, що мають відношення безпосередньо до неї. Навіть у досягненні успіху високо тривожна особистість сподівається на негативні наслідки - висловлювання, оціночні судження, переживання, дії з боку оточуючих.

У психологічній літературі можна зустріти різні визначення поняття тривожності. Розрізняють тривожність як емоційний стан і як стійку властивість, рису особистості. Сучасні дослідження тривожності спрямовані на розходження ситуативної тривожності, пов'язаної з конкретною зовнішньою ситуацією, і особистісної тривожності, що є стабільною властивістю особистості, а також на розробку методів аналізу тривожності, як результату взаємодії особистості і її оточень [17]. Можна виділити дві більші групи ознак тривоги: перша - фізіологічні ознаки, що протікають на рівні соматичних симптомів і відчуттів; друга - реакції, що протікають у психічній сфері.

Вивчення спеціальних досліджень із причин виникнення дитячої тривожності ставить за можливе виокремлення ряду причин, що викликають дитячу тривожність, на першому місці - неправильне виховання й несприятливі відносини дитини з батьками , особливо з матір'ю [2; 4; 14; 18]. Так, відкидання, неприйняття матір'ю дитини викликає в нього тривогу через неможливість задоволення потреби в любові, у пещенні й захистові. Незадоволення потреби в любові буде спонукати його домагатися її задоволення будь-якими способами.

Таким чином, у розумінні природи тривожності в різних авторів можна простежити два підходи - розуміння тривожності як споконвічно властивій людині властивість і розуміння тривожності як реакцій на ворожий людині зовнішній світ, тобто виведення тривожності із соціальних умов життя.

«Тривожність - це схильність індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги: один з основних параметрів індивідуальних відмінностей» [3, 68].

Певний рівень тривожності - природна і обов'язкова особливість активної діяльності особи. У кожної людини існує свій оптимальний або бажаний рівень тривожності - це так звана корисна тривожність. Оцінка людиною свого стану в цьому відношенні є для нього істотним компонентом самоконтролю і самовиховання. Проте, підвищений рівень тривожності є суб'єктивним проявом неблагополуччя особи. Прояви тривожності в різних ситуаціях не однакові. У одних випадках люди схильні поводитись тривожно завжди і скрізь, в інших вони виявляють свою тривожність лише час від часу, залежно від обставин, що складаються [20, 21].

Ситуативно стійкі прояви тривожності прийнято називати особовими і пов'язувати з наявністю у людини відповідної особової межі (так звана «особистісна тривожність»). Це стійка індивідуальна характеристика, що відображає схильність суб'єкта до тривоги і припускає наявність у нього тенденції сприймати достатньо широке «віяло» ситуацій як загрозливі, відповідаючи на кожну з них певною реакцією. Як схильність, особистісна тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, що розцінюються людиною як небезпечні, пов'язані із специфічними ситуаціями загрози його престижу, самооцінці, самоповазі [27, 20].

Ситуативно мінливі прояви тривожності іменують ситуативними, а особливість особи що проявляє такого роду тривожність, позначають як «ситуаційна тривожність». Цей стан характеризується емоціями, що суб'єктивно переживаються: напругою, неспокоєм, заклопотаністю, нервозністю. Такий стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може бути різним по інтенсивності і динамічним в часі.

Особи, що відносяться до категорії високотривожних, схильні сприймати загрозу своїй самооцінці і життєдіяльності в обширному діапазоні ситуацій і реагувати вельми напружено, вираженим станом тривожності [27, 23].

Поведінка підвищено тривожних людей в діяльності направленій на досягнення успіхів, має наступні особливості:

1. Високотривожні індивіди емоційно гостріше, ніж малотривожні, реагують на повідомлення про невдачу.

2. Високотривожні люди гірше, ніж малотривожні, працюють в стресових ситуаціях або в умовах дефіциту часу, відведеного на рішення задачі.

3. Страх невдачі - характерна межа високотривожних людей. Ця боязнь у них домінує над прагненням до досягнення успіху.

4. Мотивація досягнення успіхів переважає у малотривожних людей. Зазвичай вона переважує побоювання можливої невдачі.

5. Для високотривожних людей більшою стимулюючою силою володіє повідомлення про успіх, ніж про невдачу.

6. Низькотривожних людей більше стимулює повідомлення про невдачу.

7. Особова тривожність привертає індивіда до сприйняття і оцінки багатьох об'єктивно безпечних ситуацій як таких, які несуть в собі загрозу.

Діяльність людини в конкретній ситуації залежить не тільки від самої ситуації, від наявності або відсутності у індивіда особистісної тривожності, але і від ситуаційної тривожності, що виникає у даної людини в даній ситуації під впливом обставин, що складаються.

Дія ситуації, що склалася, власні потреби, думки і відчуття людини, особливості його тривожності як особистісної тривожності визначають когнітивну оцінку ним ситуації, що виникла. Ця оцінка, у свою чергу, викликає певні емоції (активізація роботи автономної нервової системи і посилення стану ситуаційної тривожності разом з очікуваннями можливої невдачі). Інформація про все це через нервові механізми зворотного зв'язку передається в кору головного мозку людини, впливаючи на його думки, потреби і відчуття.

Та ж когнітивна оцінка ситуації одночасно і автоматично викликає реакцію організму на загрозливі стимули, що приводить до появи контрзаходів і відповідних у відповідь реакцій, направлених на пониження виниклої ситуаційної тривожності. Підсумок всього цього безпосередньо позначається на виконуваній діяльності. Ця діяльність знаходиться в безпосередній залежності від стану тривожності, який не вдалося подолати за допомогою зроблених у відповідь реакцій і контрзаходів, а також адекватної когнітивної оцінки ситуації [20, 25].

Таким чином, діяльність людини в ситуації, що породжує тривожність, безпосередньо залежить від сили ситуаційної тривожності, дієвості контрзаходів, зроблених для її зниження, точності когнітивної оцінки ситуації.

.2 Причини виникнення тривожності і особливості її прояву у дітей молодшого шкільного віку

Емоції грають важливу роль в житті дітей: допомагають сприймати дійсність і реагувати на неї. Проявляючись в поведінці, вони інформують дорослого про те, що дитині подобається, сердить або засмучує її. Особливо це актуально в дитинстві, коли вербальне спілкування не доступне. У міру того, як дитина росте, її емоційний світ стає багатшим і різноманітнішим. Від базових (страху, радості і ін.) вона переходить до складнішої гамми відчуттів: радіє і сердиться, захоплюється і дивується, ревнує і сумує. Міняється і зовнішній прояв емоцій. Це вже не немовля, яке плаче і від страху, і з голоду.

У молодшому шкільному віці дитина засвоює мову відчуттів - прийняті в товаристві форми вирази якнайтонших відтінків переживань за допомогою поглядів, усмішок, жестів, поз, рухів, інтонацій голосу і так далі.

З іншого боку, дитина оволодіває умінням стримувати бурхливі і різкі вирази відчуттів. Шестирічна дитина на відміну від дворічної вже може не показувати страх або сльози. Вона навчається не тільки в значній мірі управляти виразом своїх відчуттів, вдягати їх в культурно прийняту форму, але і усвідомлено користуватися ними, інформуючи тих, що оточують про свої переживання, впливаючи на них [6].

Але молодші школярі все ще залишаються безпосередніми і імпульсними. Емоції, які вони випробовують, легко прочитуються на обличчі, в позі, жесті, у всій поведінці. Для практичного психолога поведінка дитини, вираз ним відчуттів - важливий показник в розумінні внутрішнього світу маленької людини, що свідчить про його психічний стан, благополуччя, можливі перспективи розвитку. Інформацію про ступінь емоційного благополуччя дитини дає психологові емоційний фон. Емоційний фон може бути позитивним або негативним.

Негативний фон дитини характеризується пригніченістю, поганим настроєм, розгубленістю. Дитина майже не посміхається або робить це запобігливо, голова і плечі опущені, вираз обличчя сумний або індиферентний. У таких випадках виникають проблеми в спілкуванні і встановленні контакту. Дитина часто плаче, легко ображається, іноді без видимої причини. Вона багато часу проводить наодинці, нічим не цікавиться. При обстеженні така дитина пригнічена, не ініціативна, насилу входить в контакт [20, 15].

Однією з причин такого емоційного стану дитини може бути прояв підвищеного рівня тривожності.

Під тривожністю в психології розуміють схильність людини переживати тривогу, тобто емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки і виявляється в очікуванні несприятливого розвитку подій [27, 57]. Тривожні люди живуть, відчуваючи постійний безпричинний страх. Вони часто ставлять собі питання: ”А раптом щось трапиться?” Підвищена тривожність може дезорганізовувати будь-яку діяльність (особливо значущу), що у свою чергу, приводить до низької самооцінки, невпевненості в собі (“Я ж нічого не міг!”). Таким чином, цей емоційний стан може виступати як один з механізмів розвитку неврозу, оскільки сприяє поглибленню особових суперечностей (наприклад, між високим рівнем домагань і низькою самооцінкою).

Все, що характерно для тривожних дорослих, можна віднести і до тривожних дітей. Звичайно, це дуже невпевнені в собі діти, з нестійкою самооцінкою. Почуття страху, що постійно переживається ними, перед невідомим приводить до того, що вони украй рідко проявляють ініціативу. Будучи слухняними, вважають за краще не звертати на себе увагу тих, що оточують, і удома, і в дитячому садку, прагнуть точно виконувати вимоги батьків і вихователів - не порушують дисципліну, прибирають за собою іграшки. Таких дітей називають скромними, сором'язливими. Проте їх зразковість, акуратність, дисциплінованість носять захисний характер - дитина робить все, щоб уникнути невдачі.

Яка ж етіологія тривожності? Відомо, що передумовою виникнення тривожності є підвищена чутливість (сензитивність). Проте не кожна дитина з підвищеною чутливістю стає тривожною. Багато що залежить від способів спілкування батьків з дитиною. Іноді вони можуть сприяти розвитку тривожної особи. Наприклад, висока вірогідність виховання тривожної дитини батьками, що здійснюють виховання за типом гіперпротекції (надмірна турбота, дріб'язковий контроль, велика кількість обмежень і заборон, постійне обсмикування).

У цьому випадку спілкування дорослого з дитиною носить авторитарний характер, дитина втрачає упевненість в собі і в своїх власних силах, вона постійно боїться негативної оцінки, починає турбуватися, що вона робить що-небудь не так, тобто переживає почуття тривоги, яке може закріпитися і перерости в стабільне особове утворення - тривожність.

Виховання за типом гіперопіки може поєднуватися з симбіотичним, тобто украй близькими відносинами дитини з одним з батьків, зазвичай з матір'ю. В цьому випадку спілкування дорослого з дитиною може бути як авторитарним, так і демократичним (дорослий не диктує дитині свої вимоги, а радиться з ним, цікавиться його думкою). До встановлення подібних відносин з дитиною схильні батьки з певними характерологічними особливостями - тривожні, недовірливі, невпевнені в собі. Встановивши тісний емоційний контакт з дитиною, такі батьки заражають своїми страхами сина або дочку, тобто сприяє формуванню тривожності [20, 32].

Наприклад, існує залежність між кількістю страхів у дітей і батьків, особливо матерів. У більшості випадків страхи, що випробовуються дітьми, були властиві матерям в дитинстві або виявляються зараз. Мати, що знаходиться в стані тривоги, мимоволі прагне оберігати психіку дитини від подій, що так або інакше нагадують про її страхи. Також каналом передачі неспокою служить турбота матері про дитину, що складається з одних передчуттів , побоювань і тривог [7, 27].

Посиленню тривожності можуть сприяти такі чинники, як завищені вимоги з боку батьків і вихователів, оскільки вони викликають ситуацію хронічної неуспішності. Стикаючись з постійними розбіжностями між своїми реальними можливостями і тим високим рівнем досягнень, якого чекають від нього дорослі, дитина відчуває неспокій, який легко переростає в тривожність. Ще один чинник, що сприяє формуванню тривожності, - часті докори, що викликають відчуття провини (“Ти так погано поводився, що у мами захворіла голова”, “Через твою поведінку ми з мамою часто сваримося”). В цьому випадку дитина постійно боїться виявитися винуватим перед батьками. Часто причиною великого числа страхів у дітей є і стриманість батьків у виразі відчуттів за наявності численних застережень, небезпек і тривог. Зайва суворість батьків також сприяє появу страхів. Проте це відбувається тільки відносно батьків тієї ж статі, що і дитина, тобто, чим більше забороняє мати дочці або батько синові, тим більше вірогідність появи у них страхів. Часто, не замислюючись, батьки вселяють дітям страхи своїми погрозами, що ніколи не реалізовуються, ніби: «Забере тебе дядько в мішок», «Піду від тебе» і так далі.

Крім перерахованих чинників страхи виникають і в результаті фіксації в емоційній пам'яті сильних переляків при зустрічі зі всім, що втілює небезпеку або представляє безпосередню загрозу для життя, включаючи напад, нещасний випадок, операцію або важку хворобу [8, 29].

Якщо у дитини посилюється тривожність, з'являються страхи - неодмінний супутник тривожності, то можуть розвинутися невротичні риси. Невпевненість в собі, як риса вдачі - це самознищуюча установка на себе, на свої сили і можливості. Тривожність як риса вдачі - це песимістична установка на життя, коли вона представляється як сповнена погроз і небезпек.

Невпевненість породжує тривожність і нерішучість, а вони, у свою чергу, формують відповідний характер [5, 82].

Таким чином, невпевнена в собі, схильна до сумнівів і коливань, боязка, тривожна дитина нерішуча, несамостійна, нерідко інфантильна. Така дитина побоюється інших, чекає нападу, насмішки, образи. Вона не справляється із завданням в грі, із справою. Це сприяє утворенню реакцій психологічного захисту у вигляді агресії, направленої на інших [19, 22].

Так, один з найвідоміших способів, який часто вибирають тривожні діти, заснований на простому висновку: «щоб нічого не боятися, потрібно зробити так, щоб боялися мене». Маска агресії ретельно приховує тривогу не тільки від тих, хто оточує, але і від самої дитини. Проте в глибині душі у них - все та ж тривожність, розгубленість і невпевненість, відсутність твердої опори [6, 53].

Також реакція психологічного захисту виражається у відмові від спілкування і уникнення осіб, від яких виходить «загроза». Така дитина самотня, замкнута, малоактивна.

Можливий також варіант, коли дитина знаходить психологічний захист «йдучи в світ фантазій» [20, 33]. У фантазіях дитина вирішує свої нерозв'язні конфлікти, в мріях знаходить задоволення його невтілені потреби.

Фантазії - одна з чудових якостей, властивих дітям. Для нормальних фантазій (конструктивних фантазій) характерний їх постійний зв'язок з реальністю. З одного боку, реальні події життя дитини дають поштовх його уяві (фантазії як би продовжують життя); з іншого боку - самі фантазії впливають на реальність - дитина випробовує бажання утілити свої мрії в життя. Фантазії тривожних дітей позбавлені цих властивостей. Мрія не продовжує життя, а швидше протиставляє себе життю. Цей же відрив від реальності і в самому змісті тривожних фантазій, які не мають нічого спільного з фактичними можливостями з фактичними можливостями і здібностями, перспективами розвитку дитини. Такі діти мріють зовсім не про те, до чого дійсно лежить у них душа, в чому вони насправді могли б проявити себе [6, 24].

Тривожність як певний емоційний настій з переважанням відчуття неспокою і боязні зробити що-небудь не те, не так, не відповідати загальноприйнятим вимогам і нормам розвивається ближче до 7 і особливо 8 років при великій кількості нерозв'язних страхів, що йдуть з ранішого віку [8, 31]. Головним джерелом тривог для дошкільників і молодших школярів виявляється сім'я. Надалі, вже для підлітків така роль сім'ї значно зменшується; зате удвічі зростає роль школи.

Більшість психологів зауважують, що інтенсивність переживання тривоги, рівень тривожності у хлопчиків і дівчаток різні [1; 2; 6; 9; 13]. У дошкільному і молодшому шкільному віці хлопчики тривожніші, ніж дівчатка. Це пов'язано з тим, з якими ситуаціями вони пов'язують свою тривогу, як її пояснюють, чого побоюються. І чим старше діти, тим помітніше ця різниця. Дівчатка частіше пов'язують свою тривогу з іншими людьми. До людей, з якими дівчатка можуть зв'язувати свою тривогу, відносяться не тільки друзі, рідні, вчителі. Дівчатка бояться так званих «небезпечних людей» - п'яниць, хуліганів і так далі. Хлопчики ж бояться фізичних травм, нещасних випадків, а також покарань, які можна чекати від батьків або поза сім'єю: вчителів, директора школи і так далі.

Негативні наслідки тривожності виражаються в тому що, не впливаючи в цілому на інтелектуальний розвиток, високий ступінь тривожності може негативно позначитися на формуванні дивергентного (тобто креативного, творчого) мислення, для якого природні такі особові риси, як відсутність страху перед новим, невідомим [20, 34].

Проте у дітей старшого дошкільного і молодшого шкільного віку тривожність ще не є стійкою рисою вдачі і відносно обратима при проведенні відповідних психолого-педагогічних заходів [7, 32]. А також можна істотно знизити тривожність дитини, якщо педагоги і батьки, що виховують її, дотримуватимуться потрібних рекомендацій.

РОЗДІЛ 2. ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

.1 Самооцінка. Особливості розвитку самооцінки у дітей молодшого шкільного віку

Самооцінка - це оцінка особою самої себе, своїх можливостей, здібностей, якостей і місця серед інших людей. Самооцінка відноситься до фундаментальних утворень особи. Вона в значній мірі визначає її активність, відношення до себе і інших людей [25, 7].

Розрізняють загальну і особистісну самооцінку. Особистісною самооцінкою буде, наприклад, оцінка якихось деталей своєї зовнішності, окремих рис вдачі. У загальній, або глобальній самооцінці відбивається схвалення або несхвалення, яке переживає людина по відношенню до самої себе.

Процес формування глобальної самооцінки суперечливий і нерівномірний. Це обумовлено тим, що особистісні оцінки, на основі яких формується глобальна самооцінка, можуть знаходиться на різних рівнях стійкості і адекватності. Крім того, вони можуть по-різному взаємодіяти між собою: бути узгодженими, взаємно доповнювати одна одну або суперечливими, конфліктними. У глобальній самооцінці відбивається сутність особи.

Підсумковим вимірюванням Я, формою існування глобальної самооцінки є самоповага особи. Самоповага - стійка особова межа, і підтримка її на певному рівні складає важливу турботу особи. Самоповага особи визначається відношенням її дійсних досягнень до того, на що людина претендує, які цілі перед собою ставить.

Отже, функції самооцінки і самоповаги психічного життя особи полягають в тому, що вони виступають внутрішніми умовами регуляції поведінки і діяльності людини. Завдяки включенню самооцінки в структуру мотивації діяльності особа постійно співвідносить свої можливості, психічні ресурси з цілями і засобами діяльності.

Знання, накопичені людиною про саму себе, а також глобальна самооцінка, що формується на основі таких знань, дозволяють сформувати багатовимірне утворення - Я - концепцію і складає ядро особистості. Я - концепція - усвідомлена як неповторна система уявлень людини про себе, на основі якої вона будує взаємодію з іншими людьми, здійснює регуляцію своєї поведінки і діяльності.

Таким чином, найважливіший компонент цілісної самосвідомості особи, яким є самооцінка, виступає необхідною умовою гармонійних відношень людини як з самим собою, так і з іншими людьми, з якими вона вступає в спілкування і взаємодію [19, 41].

Важливі новоутворення в розвитку самосвідомості, пов'язані із зародженням самооцінки, відбуваються в кінці раннього віку. Дитина починає усвідомлювати власні бажання, що відрізняються від бажання дорослих, переходить від позначення себе в третій особі до особистого займенника першої особи - «Я». Це веде до народження потреби діяти самостійно, стверджувати, реалізовувати своє «Я». На основі уявлень дитини про своє «Я» починає формуватися самооцінка [12, 19].

У дошкільний і ранній шкільний період самооцінка дитини інтенсивно розвивається. Вирішальне значення в генезисі самооцінки на перших етапах становлення особи (кінець раннього, початок дошкільного періоду) має спілкування дитини з дорослими. Унаслідок відсутності (обмеженості) адекватного знання своїх можливостей дитина спочатку на віру приймає його оцінку, відношення і оцінює себе як би через призму дорослих, цілком орієнтується на думку людей, що виховують її [4, 57]. Елементи самостійного уявлення про себе починають формуватися дещо пізніше. Вперше з'являються вони в оцінці не особових, моральних якостей, а наочних і зовнішніх. У цьому виявляється нестійкість уявлень про інше і про себе поза ситуацією пізнавання.

Поступово змінюється предмет самооцінки. Істотним зрушенням в розвитку особи молодшого школяра є перехід від наочної оцінки іншої людини до оцінки її особистісних якостей і внутрішніх станів самого себе [15, 16]. У всіх вікових групах діти виявляють здатність об'єктивніше оцінювати інших, ніж самих себе. Проте тут спостерігаються певні вікові зміни. У старших групах можна відмітити дітей, які оцінюють себе з позитивного боку непрямим шляхом. Наприклад, на питання «Яка ти: хороша або погана?» вони зазвичай відповідають так: «Я не знаю. Я теж слухаюся». Дитина ж молодшого шкільного віку на це питання відповість: «Я самий хороший» [7, 42].

Зміни в розвитку самооцінки молодшого школяра в значній мірі пов'язані з розвитком мотиваційної сфери дитини. В процесі розвитку особи дитини змінюється ієрархія мотивів. Дитина переживає боротьбу мотивів, ухвалює рішення, потім відмовляється від нього в ім'я вищого мотиву. Те, які саме мотиви виявляються такими, що ведуть в системі, виразно характеризують особу дитини. Діти в ранньому віці здійснюють вчинки за безпосередньою вказівкою дорослих. Здійснюючи об'єктивно позитивні вчинки, діти не дають собі звіту в їх об'єктивній користі, не усвідомлюють свого обов'язок стосовно інших людей. Почуття обов'язку зароджується під впливом тієї оцінки, які дають дорослі вчинку, здійсненому дитиною. На основі цієї оцінки у дітей починає розвиватися диференціювання того, що добре і що погано. В першу чергу вони вчаться оцінювати вчинки інших дітей. Пізніше діти взмозі оцінити не тільки вчинки однолітків, але і свої власні вчинки [4, 97].

З'являється уміння порівнювати себе з іншими дітьми. Від самооцінки зовнішнього вигляду і поведінки дитина до кінця дошкільного періоду все частіше переходить до оцінки своїх особових якостей, відносин з тими, що оточують, внутрішнього стану і виявляється здатним в особливій формі усвідомити своє соціальне «Я», своє місце серед людей. Досягаючи старшого дошкільного віку дитина вже засвоює моральні оцінки, починає враховувати, з цієї точки зору, послідовність своїх вчинків, передбачати результат і оцінку з боку дорослого. Діти шестирічного віку починають усвідомлювати особливості своєї поведінки, а у міру засвоєння загальноприйнятих норм і правил використовувати їх як мірки для оцінки себе і людей, що оточують.

Це має величезне значення для подальшого розвитку особи, свідомого засвоєння норм поведінки, проходження позитивним зразкам [17, 46]. Для шестирічок характерна в основному ще не диференційована завищена самооцінка. До семирічного віку вона диференціюється і дещо знижується. З'являється відсутня раніше оцінка порівняння себе з іншими однолітками [28, 53].

Недиференційована самооцінка приводить до того, що дитина шести-семи років розглядає оцінку дорослим результатів окремої дії як оцінку своєї особи в цілому, тому використання осуду і зауважень при навчанні дітей цього віку повинне бути обмежене. Інакше у них з'являється занижена самооцінка, невіра в свої сили.

Неадекватна занижена самооцінка також може сформуватися у дитини як результат частого неуспіху в якійсь значущій діяльності, спричиненого підвищеним рівнем тривожності. Істотну роль в її формуванні грає демонстративне підкреслення цього неуспіху дорослими або іншими дітьми. Спеціальними дослідженнями встановлені наступні причини появи у дитини заниженої самооцінки:

1)об'єктивні недоліки: низький зріст, неприваблива зовнішність і т.п.;

)вигадані недоліки: уявна повнота, відсутність здібностей, що здається;

)неуспіх в спілкуванні: низький соціометричний статус в групі, непопулярність серед однолітків;

)загроза відчуження в дитинстві: нелюбов батьків, виховання в «їжакових рукавицях» і т.п.;

)надмірна сензитивність до зовнішніх оцінок, що витікають від значущих інших і так далі.

Діти із заниженою самооцінкою переживають відчуття неповноцінності, як правило, вони не реалізують свого потенціалу, тобто неадекватна занижена самооцінка стає чинником, гальмуючим розвиток особи дитини [17, 56].

.2 Вплив тривожності на самооцінку дитини

Тривожність як властивість особи багато в чому обумовлює поведінку суб'єкта. Існує певний рівень тривожності - природна і обов'язкова особливість активної діяльності особи. У кожної людини існує свій оптимальний або бажаний рівень тривожності - це так звана корисна тривожність, призначення якої є забезпечення безпеки суб'єкта на особовому рівні. Рівень тривожності показує внутрішнє відношення дитини до певного типу ситуацій і дає непряму інформацію про характер взаємин дитини з однолітками і дорослими в сім'ї, дитячому садку, школі [28, 43].

Коли ж цей рівень перевищує оптимальний, можна говорити про появу підвищеної тривожності. Підвищений рівень тривожності у дитини може свідчити про його недостатню емоційну пристосованість до тих або інших соціальних ситуацій. У дітей з даним рівнем тривожності формується ставлення до себе як до слабкого, невмілого. У свою чергу це породжує загальну установку на невпевненість в собі. Дитина боїться зробити помилку, адже в неї немає упевненості дорослої людини. Невпевненість в собі - один з проявів заниженої самооцінки. Наприклад, батьки вселили дитині, що він - «бридке каченя». Сформувалася занижена установка самооцінки, і розумна дитина починає рахувати себе безнадійно дурним, красивий - потворним, добрий - нескладним.. Він соромиться самого себе, приховано і болісно зневажає себе, відчуває провину перед сильними і красивими батьками.

Виникає внутрішній конфлікт - це зіткнення позицій свідомості і установок в неусвідомлюваній сфері психіки. Так, наприклад, у дитини склався усвідомлюваний принцип: «Треба допомогти другу в біді, тому що він має рацію». В свідомості наказовий стимул - «треба», а з неусвідомлюваного установка: «не треба, небезпечно» - і дитина розгубилася. Або, навпаки, в неусвідомлюваному звучить вселена батьками установка: «товариша треба виручати з біди за всяку ціну». Проте свідомість цієї дитини орієнтована на невтручання. І він, вирішуючи розумом, залишається осторонь, не втручається, але вселена батьками установка розбурхує його, викликає у нього сором. І дитину мучать розкаяння совісті. Так народжуються нерішучість, тривожність. Дитина боїться зробити помилку, вона не упевнена в собі. Внутрішній конфлікт породжує у неї тривогу і депресію [5Гарбузов В. И. Нервные дети: Советы врача. - Л.: Медицина, 1990. - 176с., 82].

Тривожність забарвлює в похмурі тони відношення до себе, інших і дійсності. Дитина вже не тільки невпевнена в собі, але і недовірлива до всіх і до кожного. Для себе тривожна дитина не чекає нічого хорошого. І все це при загостреному і хворому почутті гідності. Тепер вона все заломлює через призму тривожності, недовірливості. Троє однолітків в коридорі школи говорять про своє, але тривожна дитина вважає, що говорять про нього і, звичайно, тільки погане. Він підходить, наполегливо стоїть, викликаючи подив хлоп'ят і переживаючи почуття сорому. Але відійти убік, відмовитися від тривожної недовірливості він не в силах. Найважливіше для тривожної людини - а раптом він ще і упустить інформацію, загрозливу його безпеці.

Тривожні діти, якщо у них добре розвинені ігрові навики, можуть не користуватися загальним визнанням в групі, але і не опиняються в ізоляції, вони частіше входять до числа найменш популярних, оскільки дуже часто такі діти украй невпевнені в собі, замкнуті, нетовариські, або ж навпроти, надтовариські, настирливі, озлоблені. Також причиною непопулярності є їх безініціативність через свою невпевненості в собі, отже ці діти не завжди можуть бути лідерами в міжособових взаєминах. Результатом безініціативності тривожних дітей є те, що у інших дітей з'являється прагнення домінувати над ними, що веде до зниження емоційного фону тривожної дитини, до тенденції уникати спілкування, виникають внутрішні конфлікти, пов'язані зі сферою спілкування, посилюється невпевненість в собі. Також в результаті відсутності сприятливих взаємин з однолітками з'являється стан напруженості і тривожності, які і створюють або відчуття неповноцінності і пригніченості, або агресивності. Дитина з низькою популярністю, не сподіваючись на співчуття і допомогу з боку однолітків, нерідко стає егоцентричною, відчуженою. Така дитина ображатиметься і скаржитиметься, фальшивитиме і обдурюватиме [17, 61]. Це погано в обох випадках, оскільки може сприяти формуванню негативного відношення до дітей, людей взагалі, мстивість, ворожість, прагнення до самоти.

Особа з підвищеним рівнем тривожності, а саме з особовою тривожністю схильна сприймати загрозу своїй самооцінці. Як правило, у неї формується неадекватна занижена самооцінка. Очевидно, що діти, що мають низьку самооцінку, знаходяться в постійному психічному перенапруженні, яке виражається в стані напруженого очікування неприємностей, наростаючої, нестримуваної дратівливості, емоційної нестійкості [25, 78].

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ

.1 Опис методик та групи

Досліджувана група складається з 23 дітей, з них 10 хлопчиків та 13 дівчаток. Вік дітей - 6-8 років. Для дослідження впливу тривожності кожної дитини групи ми використовували анкету діагностики особистісної тривожності Прихожан, проективну методику Карпова Л.А. «Дерево».

У анкеті дітям пропонуються ситуації, які викликають тривогу. Кожен повинен оцінити ситуацію як:

) зовсім безпечну;

)таку, що трохи турбує;

)таку, яку хотіли б уникнути;

)дуже неприємну;

)нестерпну, таку, що викликає страх.

Кожен з варіантів оцінюється в балах від 0 до 4. При обробці результатів підраховується загальна кількість балів для виявлення загального рівня тривожності, а також окремо по шкалам для виявлення шкільної, самооцінюючої, міжособистісної тривожності. Методика розрахована на молодших школярів, тому її використання вважаємо доцільним.

Проективна методика Л.А. Карпова «Дерево» розрахована на учнів 1 та 5 класів і направлена на виявлення рівня шкільної адаптованості учнів, рівня особистісної тривожності та самооцінки. Дітям пропонується бланк із зображенням дерева, на якому у різноманітних позиціях зображені чоловічки. Учні повинні відзначити чоловічка, з яким вони себе ідентифікують. В залежності від обраної позиції діагностуються комунікативні навички, шкільна адаптованість, навчальна мотивація, рівень самооцінки та особистісної тривожності. Доцільність методики обумовлена можливістю діагностування учнів одразу за двома критеріями.

Також ми проводили діагностику самооцінки за такими методиками: анкета для визначення самооцінки, «Символічні завдання на виявлення «Соціального Я» (див. Додаток 5).

Анкета самооцінки входить до комплексу адаптаційних діагностик, розрахованих для виявлення рівня адаптації молодших школярів. Вона дозволяє визначити, як дитина в цілому сприймає сама себе: позитивно, негативно чи нейтрально. Учням пропонується оцінити свої якості та здібності за 10-бальною шкалою (0б. - відсутність даних якостей та здібностей, 10 б. - максимальний ступінь вираженості даних якостей). Подається наступний перелік якостей і здібностей:

1. Розум.

2. Зовнішність.

. Чесність.

. Здатність бути гарним другом.

. Впевненість у собі.

. Доброта.

Отримані по кожному критерію бали сумуються. При цьому:

від 0-20 б. - негативне сприйняття,

-40 б. - нейтральне сприйняття,

-60 б. - позитивне сприйняття.

Оскільки методика досить проста у розумінні, легка у виконанні і розрахована саме на молодших школярів, то її використання вважаємо доцільним.

Проективна методика «Символічні завдання на виявлення «соціального Я» (за Б. Лонгом, Р.Зіллером, Р.Хендерсоном) складається з комплексу завдань, спрямованих на виявлення різних складових Я-концепції, в тому числі і самооцінки.

Дітям пропонується бланк із зображенням 8 кружків, розташованих по вертикалі. Надається наступна інструкція: «Подивіться на рядок, на якому зображено 8 кружків. Кожен з них означає якусь людину. Оберіть кружок, який символізує безпосередньо вас». Учню необхідно обрати кружок, з яким він себе ідентифікує.

Інтерпритація: чим лівіше розташований виділений кружок, тим вище самооцінка досліджуваного.

Ми вважаємо, що обраний комплекс методик дозволить у повній мірі діагностувати досліджувані явища.

.2 Аналіз отриманих результатів

Для дослідження впливу рівня тривожності на самооцінку ми діагностували рівні тривожності та самооцінки. За допомогою співставлення і аналізу результатів доводили правильність висунутого припущення.

В результаті проведеного дослідження і кількісної оцінки тестів на виявлення загального рівня тривожності учнів за методиками: «Дерево», анкета особистісної тривожності Прихожан ми отримали дані, які представили у вигляді таблиці (див. Додаток 1.).

Отже ми маємо наступні результати. Середній показник рівня тривожності у досліджуваній групі такий:

Ш високий рівень тривожності - 0 учнів;

Ш середній рівень тривожності має 9 учнів (33%);

Ш низький рівень тривожності виявлено у 14 учнів (67%);

Результати дозволяють констатувати гендерну відмінність у рівні тривожності. Таким чином, 69% дівчаток мають низький рівень, 31% - підвищений, серед хлопчиків цей показник складає 50% і 50% відповідно.

Якщо розглядати показники окремо, то за допомогою анкети особистісної тривожності Прихожан ми отримали наступні результати:

§ високий рівень тривожності - 0 учнів;

§ середній рівень - 9 учнів;

§ низький рівень - 14 учнів.

Методика «Дерево» дала наступні результати:

§ високий рівень мають 0 учнів;

§ середній рівень - 6 учнів(26%);

§ низький рівень - 17 учнів(74%).

Таким чином, можна зробити висновок, що діти в досліджуванй групі мають низький показник тривожності.

Дослідження рівня самооцінки дало наступні результати.

При обробці результатів тестування ми виділили три рівні самооцінки: високий, середній, низький. Середній показник рівня самооцінки в досліджуваній групі за методиками: «Дерево», анкета самооцінки, «Символічні завдання на виявлення «Соціального Я» такий:

§ високий рівень самооцінки мають 13 учнів (57%);

§ середній рівень - 4 учні (17%);

§ низький рівень - 6 учнів (26%).

Результати дослідження дали змогу виявити розбіжність у гендерних показниках. Так, 69% дівчат мають високу самооцінку, середній рівень самооцінки діагностований у 8%, низьку самооцінку мають 23% досліджуваних дівчаток.

Серед хлопчиків високий рівень самооцінки мають 40% досліджуваних, середній - 30%, низький - 30%.

Для аналізу впливу рівня тривожності на рівень самооцінки дітей ми склали зведену таблицю результатів тестування (див. Додаток 2). Вона дозволяє прослідкувати не тільки загальногрупове співвідношення рівнів тривожності і самооцінки учнів, а і гендерні відмінності у їх вираженні. Таким чином, співставляючи результати дослідження, бачимо, що більшість дітей з низьким рівнем тривожності мають високу самооцінку, більшість учнів з підвищеним(середнім) рівнем тривожності мають низьку самооцінку. Для дітей з адекватною самооцінкою характерний як низький, так і підвищений рівень тривожності.

Таким чином, результати дослідження дозволяють зробити наступні висновки:

§ більшість дітей з низьким рівнем тривожності мають високу самооцінку;

§ більшість дітей з підвищеною тривожністю (середнім рівнем) мають низький рівень самооцінки;

§ учні з адекватною самооцінкою (середній рівень) мають як середній, так і низький рівень тривожності;

§ дівчатка мають нижчий загальний рівень тривожності і вищий рівень самооцінки;

§ рівень тривожності хлопчиків вищий, а рівень самооцінки нижчий ніж у дівчаток;

§ загальний рівень тривожності у досліджуваній групі невисокий (діти з низьким рівнем тривожності складають 67% );

§ загальний рівень самооцінки у досліджуваній групі високий (57% учнів мають високу самооцінку ).

ВИСНОВКИ

Під тривожністю в психології розуміють схильність людини переживати тривогу, тобто емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки і виявляється в очікуванні несприятливого розвитку подій. Проте, якщо тривога - це короткочасний емоційний стан, то тривожність - стійке особистісне утворення, яке впливає на розвиток людини. У даному контексті необхідно зазначити, що у дітей молодшого шкільного віку тривожність ще не є стійкою рисою вдачі і піддається корекції.

Особливий вплив на розвиток тривожності мають сімейні взаємовідносини (клімат, ставлення батьків до дитини, тип виховання, проекція страхів дорослих) та шкільне середовище (труднощі в адаптації, складні стосунки з однокласниками, страх перед вчителем і шкільною адміністрацією). Дитяча тривожність має різні прояви у поведінці: слухняність, беззаперечне виконання усіх вимог, скромність - з одного боку; відстороненість, відособленість, небажання спілкуватися або ж агресія - з іншого.

Таким чином, тривожність має значний вплив на розвиток особистості дитини, на рівень самооцінки, зокрема. Самооцінка, як усвідомлення особою самої себе, своїх можливостей, здібностей, якостей і місця серед інших людей, визначає її активність, соціальну позицію, гармонійне становлення особистості. Тривожність же перешкоджає розвитку дитини, породжує загальну установку на невпевненість у собі. Можливість інших домінувати над тривожними дітьми призводить до внутрішніх конфліктів, пов'язаних зі сферою спілкування. Вразливість до оцінки себе іншими викликає стійке психічне перенапруження, що виражається в стані напруженого очікування неприємностей, наростаючої, нестримуваної дратівливості, емоційної нестабільності.

У процесі проведення дослідження підтвердилося припущення щодо впливу рівня тривожності на формування самооцінки молодших школярів. Отримані результати доводять, що зі зростанням рівня тривожності знижується рівень самооцінки дитини. Тому вважаємо за необхідне для формування гармонійної особистості користуватися поданими у роботі рекомендаціями.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Астапов В.Н. Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Психологический журнал. - 2010. - №5. - С. 8-9.

2. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. - М.: Институт практической психологии, 2009. - 197 с.

3. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. - М.: Изд-во МГУ, 1976. - 347 с.

4. Возрастная и педагогическая психология: Учебник для студентов педагогических институтов / Под ред. А.В. Петровского. - М.: Просвещение, 1989. - 288с.

. Гарбузов В. И. Нервные дети: Советы врача. - Л.: Медицина, 1990. - 176с.

6. Детская психология: Учебное пособие / Под ред. Я.Л. Коломинского, Е. А. Панько - Мн.: Университетское, 1998. - 399с.

7. Захаров А. И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка: 3-е изд., испр. - СПб: Союз, 1997. - 224с.

8. Захаров А.И. Дневные й ночные страхи у детей. - Спб.: Союз, 2004. - 540 с.

9. Изард К. Эмоции человека / Под ред. Л.Я.Гозмана, М.С.Егоровой - М.: Изд-во МГУ, 1989. - 296 с.

10. Имедадзе И.В. Тревожность. Психологическое исследование. - Тбилиси, 1996. - 75 с.

. Качаєв А. Шкільна тривожність: її вплив на розвиток учня // Психолог. - 2009. - № 13. - С. 16-17.

12. Коломинский Я.Л., Панько Е.А. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников. - Минск: Унiверсiтэцкае, 1997. - 326 с.

13. Кочубей Б, Новикова Е. Ярлыки для тревоги // Семья и школа. - 1988. - №8. - С. 23-27.

. Кочубей Б. Детские тревоги: что, откуда, почему?// Семья и школа. - 1988. -№7. - С. 11-18.

. Кочубей Б., Новикова Е. Снимем маску с тривоги // Семья и школа - 1988. - №10. - С.13-21.

16. Кочубей Б.,Новикова Е. Ярлыки для тревожности // Семья и школа. - 1988. - №9. - С. 34-42.

17. Краткий психологический словарь / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. - М.: Высшая школа, 1996. -195с.

18. Лебединский В.В. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция. - М.: Высшая школа, 2010. - 243 с.

. Лешли Дж. Работать с маленькими детьми, поощрять их развитие и решать проблемы. - М.: Просвещение,1991. - 267 с.

. Мухина В.С. Детская психология / Под ред. Л.А.Венгера - М.: Просвещение, 1985. - 329 с.

. Немов Р. С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. - М.: Просвещение, 1995. - Кн. 1. - 576 с.

. Ольшанский Д. Самооценка и самоуважение // Школьный психолог. - 2003. - № 4 - С.6-7.

23. Паньковська Н. Роль самооценки // Школьный психолог. - 2002. - №10 - С. 5-6.

24. Парафиян А.М. Причины и профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образования. - 1998. - №2. - С. 20-23.

. Практическая психология / Под. ред. С. В. Кондратьевой. - Мн.: Адукацыя i выхаванне, 1997. - 212с.

26. Психологический тренинг / Л.Ф.Анн. - СПб.: Питер, 2003. - 271с.

. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. - Самара: «БАХРАХ-М», 2002. - 672 с.

. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. - М.: ВЛАДОС, 1996. - 529 с.

Додаток 1

Таблиця 1. : Загальний рівень тривожності учнів ( за методиками: «Дерево», анкета особистісної тривожності Прихожан)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Високий, % |  Підвищений, % | Низький, % |
| Хлопчики  | 0 | 50 | 50 |
| Дівчатка  | 0 | 31 | 69 |
| Середній показник | 0 | 33 | 67 |

Таблиця 2. : Загальний рівень самооцінки (за методиками: «Дерево», анкета самооцінки, «Символічні завдання на виявлення «Соціального Я»)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Хлопчики  | Дівчатка | Середній показник |
| Високий, % | 40 | 69 | 57 |
| Середній, % | 30 | 8 | 17 |
| Низький, % | 30 | 23 | 26 |

Додаток 2

тривожність самооцінка школяр

Зведена таблиця результатів тестування

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | ПІБ | Рівень тривожності | Рівень самооцінки |
| 1. | Баран Андрій | низький | Високий |
| 2. | Бараненко Андрій | низький | високий |
| 3. | Білобров Олексій | середній | низький |
| 4. | Худяков Костянтин | середній | низький |
| 5. | В’язовченко Андрій | середній | низький |
| 6. | Вязовченко Володимир | середній | низький |
| 7. | Кривенко Віталій | низький | середній |
| 8. | Кабанець Іван | низький | високий |
| 9. | Литвиновський Володимир | середній | середній |
| 10. | Маслак Денис | низький | високий |
| 11. | Білоброва Лілія | низький | високий |
| 12. | Оберлянд Сергій | низький | високий |
| 13. | Кучеренко Тамара | низький | високий |
| 14. | Гавриленко Яна | середній | низький |
| 15. | Павлюченко Владислав | середній | низький |
| 16. | Панько Руслана | низький | високий |
| 17. | Петренко Марія | низький | високий |
| 18. | Примак Юлія | низький | високий |
| 19. | Маслак Аліна | низький | високий |
| 20. | Ягупа Оксана | середній | середній |
| 21. | Білоножко Ольга | низький | високий |
| 22. | Солдатенко Катерина | середній | низький |
| 23. | Петрушенко Вікторія | низький | високий |