

2. Информационные и сетевые технологии — образовательная среда XXI века. Материалы Республиканской научно-методической конференции. Минск 19–20 июня 2003г. — Минск: УП «Технопринт», 2003 — 126 с.

УДК 621.762.4

Белая С.С

## **ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ АДАПТИВНОСТИ И ТРЕВОЖНОСТИ ПОДРОСТКОВ 12–15 ЛЕТ г. МИНСКА**

*Белорусский национальный технический университет  
Минск, Республика Беларусь*

Изучая процессы школьной адаптации необходимо обращать внимание на эмоциональное состояние ребенка. Новые требования, предъявляемые к ребенку школой, зачастую не соответствуют тому, к чему ребенок реально готов. Это вносит изменения в эмоциональную сферу школьника, вызывает состояние затянувшегося стресса, оказывает негативное влияние на формирование его мотивационной сферы, отрицательно сказывается на здоровье. Особое внимание следует уделять тревожности, которая способна оказывать влияние на формирование школьника и во многом обуславливать его поведение.

Тревожность — особое эмоциональное состояние, часто возникающее у человека и выражающееся в повышенной эмоциональной напряженности, сопровождающееся страхами, беспокойством опасностями, препятствующими нормальной деятельности или общению с людьми [4]. Существующие две качественно различные разновидности тревожности: личностная и ситуационная. Под личностной тревожностью понимается индивидуальная черта личности человека, отражающая его предрасположенность к эмоционально отрицательным реакциям на различные жизненные ситуации, несущие в себе угрозу для его Я. Ситуационная тревожность определяется как временное, устойчивое только в определенных жизненных ситуациях состояние тревожности не возникающее в иных ситуациях.

На психологическом уровне тревожность ощущается как напряжение, озабоченность, беспокойство, нервозность и переживается в виде чувств неопределенности, беспомощности, бессилия, незащищенности, одиночества, грозящей неудачи, невозможности принять решения и т.д. На физиологическом уровне реакции тревожности проявляются в усилении сердцебиения, учащении дыхания, увеличении минутного объема циркуляции крови, повышении артериального давления, возрастании общей возбудимости, сниже-

нии порогов чувствительности, когда ранее нейтральные стимулы приобретают отрицательную эмоциональную окраску.

Школьная тревожность является сравнительно мягкой формой проявления эмоционального неблагополучия. Характер обучения в том виде, в каком оно имеет место во многих школах, способен вызвать и углубить тревожность учащихся. Однако всякая активная познавательная деятельность неизбежно сопровождается чувством тревоги. Развитие ребенка, его научение наилучшим образом происходят не в условиях отсутствия тревоги, а в том случае, когда она находится на оптимальном уровне и ребенок владеет адекватными способами борьбы с нею. Поэтому нормальный (оптимальный) уровень тревожности рассматривается как необходимый для эффективного приспособления к действительности (адаптивная тревога). Чрезмерно высокий уровень рассматривается как дезадаптивная реакция, проявляющаяся в общей дезорганизации поведения и деятельности. Существует полное отсутствие тревоги как явление, препятствующее нормальной адаптации и так же как и устойчивая тревожность, мешающее нормальному развитию и продуктивной деятельности.

Целью нашего исследования было определение адаптивных возможностей психики, личностной и ситуационной тревожности школьников 5 — 9 классов. В качестве методики использовались: при определении адаптивных возможностей психики — тест М. Люшера [3]. При отнесении каждого конкретного испытуемого к группе «адаптивных» или «неадаптивных» учитывались пять признаков, являющихся наиболее информативными: суммарное отклонение от аутогенной нормы; показатели нестабильности механизмов саморегуляции автономной нервной системы; психическое утомление; тревога; показатели работоспособности.

Для дифференциального измерения тревожности как личностного свойства и как состояния в определенной ситуации использовался тест Спилбергера (шкала реактивной и личностной тревожности — ШРЛТ) [2]. Шкала личностной тревожности позволяет измерить устойчивую индивидуальную характеристику, отражающую предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающую наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающие, опасные для его здоровья, самооценки, настоящего и будущего. Шкала ситуативной или реактивной тревожности измеряет эмоциональную реакцию на ситуацию, субъективно воспринимаемую как стрессовая, и характеризуется переживанием отрицательных эмоций [1].

В исследовании приняли участие школьники 5–9 классов.

При обработке психологических тестов были получены следующие данные: для школьников 5–9 классов (таблица 1.) в основном характерен низкий

уровень ситуационной тревожности. Личностная тревожность характеризуется умеренным и высоким уровнем: у мальчиков преобладает умеренный уровень тревожности, у девочек — высокий в 6, 7, 9 классах. В 5 и 8 классах у девочек преобладает умеренный уровень тревожности — 74,3% (5 кл.) и 49,5% (8 кл.).

Таблица 1

Распределение состояния личностной и ситуационной тревожности среди девочек и мальчиков 5–9 классов

класс	Всего уч-ся	Ситуационная тревожность						Личностная тревожность					
		Низкая		Умеренная		Высокая		Низкая		Умеренная		Высокая	
		№	%	№	%	№	%	№	%	№	%	№	%
девочки													
5	39	-	-	-	-	-	-	3	7,7	29	74,3	7	18,0
6	34	23	67,6	10	29,5	1	2,9	0	0	15	44,1	19	55,9
7	97	81	83,5	14	14,4	2	2,1	0	0	47	48,5	50	51,5
8	107	85	79,4	19	17,8	3	2,8	2	1,9	53	49,5	52	48,6
9	49	32	65,3	15	30,6	2	4,1	1	2,1	18	36,7	30	61,2
мальчики													
5	51	-	-	-	-	-	-	2	3,9	42	82,4	7	13,7
6	54	46	85,2	8	14,8	0	0,0	5	9,3	35	64,8	14	25,9
7	92	78	84,8	11	12,0	3	3,2	2	2,2	55	59,8	35	38,0
8	99	83	83,9	14	14,1	2	2,0	7	7,1	60	60,6	32	32,3
9	57	49	86,0	8	14,0	0	0,0	0	0,0	37	64,9	20	35,1

Распределение ситуационной и личностной тревожности по возрастам представлено в таблице 2. Высокий уровень личностной тревожности характерен для 54,2% 13-летних и 53,2% 14-летних девочек (у мальчиков 38,7% и 38,8% соответственно).

Таблица 2

Распределение состояния личностной и ситуационной тревожности среди девочек и мальчиков 12–15 лет

возраст	Всего уч-ся	Ситуационная тревожность						Личностная тревожность					
		Низкая		Умеренная		Высокая		Низкая		Умеренная		Высокая	
		№	%	№	%	№	%	№	%	№	%	№	%
девочки													
12	61							3	4,9	40	65,6	18	29,5
13	83	66	79,5	15	18,1	2	2,4	0	0,0	38	45,8	45	54,2
14	103	86	83,5	14	13,6	3	2,9	0	0,0	48	46,6	55	53,4
15	74	52	70,3	20	27,0	2	2,7	2	2,8	36	48,6	36	48,6
мальчики													
12	80							2	2,5	64	80	14	17,5
13	93	76	81,7	14	15,1	3	3,2	7	7,5	50	53,8	36	38,7
14	98	80	81,6	15	15,3	3	3,1	2	2,0	58	59,2	38	38,8
15	81	69	85,2	12	14,8	0	0,0	5	6,2	49	60,5	27	33,3

Процент 12-летних школьников имеющих умеренный уровень личностной тревожности составляет у мальчиков 80% у девочек 65%, высокий уровень тревожности — 17,5% и 29,5% соответственно. Среди 15-летних школьников умеренный уровень личностной тревожности имеют 60,5% мальчиков и 48,6% девочек, высокий уровень — 33,3% и 48,6% соответственно.

Таблица 3

Состояние психологической адаптивности в группах обоего пола 5–9 классов

Класс	Пол	«Адаптивные»		«Неадаптивные»	
		№	%	№	%
5	М	17	42,5	23	57,5
	Ж	10	32,3	21	67,7
6	М	46	51,7	43	48,3
	Ж	23	41,8	32	58,2
7	М	26	53,3	21	44,7
	Ж	24	44,4	30	55,6
8	М	71	60,2	47	39,8
	Ж	24	44,4	30	55,6
9	М	29	56,9	22	43,1
	Ж	22	45,8	26	54,2

Данные о состоянии психологической адаптивности по классам и возрасту представлены в таблице 3 и 4. «Адаптивных» девочек 32,3% — 5 кл., 41,8% — 6 кл., 44,4% — 7 кл., 44,4% — 8 кл., 45,8% — 9 кл., мальчиков — 42,5%, 51,7%, 53,3%, 60,2%, 56,9% соответственно. Во всех возрастных группах девочек и 12-13 летних мальчиков процент «неадаптивных» выше чем «адаптивных». Среди 14-летних мальчиков процент «адаптивных» составляет 66,7%, 15-летних — 53,1%, «неадаптивных» 33,3% и 46,9% соответственно.

Исходя из полученных данных можно сделать следующие выводы:

1. У школьников обоего пола 12 — 15 летнего возраста преобладает низкий уровень ситуационной тревожности.
2. С 13 до 15 лет процент школьников имеющих умеренный уровень личностной тревожности увеличивается.

3. С 13 до 15 лет процент девочек имеющих высокий уровень личностной тревожности уменьшается.

Таблица 4

Состояние психологической адаптивности в группах обоего пола 12–15 лет

Возраст	Всего уч-ся	«Адаптивные»		«Неадаптивные»	
		№	%	№	%
девочки					
12	47	15	31,9	32	68,1
13	54	24	44,4	30	55,6
14	65	27	41,5	38	58,5
15	69	33	47,8	36	52,2
мальчики					
12	56	27	48,2	29	51,8
13	45	21	46,7	24	53,3
14	54	36	66,7	18	33,3
15	81	43	53,1	38	46,9

4. Высокий уровень личностной тревожности у мальчиков 13–14 лет встречается одинаково.

5. Умеренный уровень личностной тревожности преобладает у мальчиков, высокий уровень — у девочек.

6. Процент «неадаптивных» девочек выше чем «адаптивных» во всех исследованных возрастных группах и у 12–13 летних мальчиков. У 14–15 летних мальчиков процент «адаптивных» выше чем «неадаптивных».

7. Самый высокий процент «адаптивных» встречается у 15-летних девочек и 14-летних мальчиков.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Возрастные особенности эмоциональных состояний подростков в зонах радиоактивной загрязненности (Материалы исследований). — Мн. 1992. — 78 с.

2. Диагностика состояний тревоги и личностной тревожности у детей и подростков. / Сост Ханнина Ю.Л. и др. — Вильнюс 1988. — 16 с.

3. Карпухина А.М., Розов В.И. Экспресс-оценка адаптивности подростков в экстремальных условиях (методические рекомендации). Киев. 1993. — 18 с.

4. Немов Р.С. Психология. Т.3: Психодиагностика. — М., 1998. — 632 с.
5. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. — М.: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. — 304 с.
6. Русалов В.М. Биологические основы индивидуально-психологических различий. М., 1979. — 352 с.
7. Харисанфова Е.Н. Конституция и биохимическая индивидуальность человека. — М., 1990. — 160 с.
8. Экологические изменения и биокультурная адаптация человека / Л.И.-Тевако, И.И.Саливон, О.В.Марфина и др.; Под ред Л.И.Тевако. — Мн.: «БОФФ», 1996. — 275 с.

УДК 378.026

Гончарик Н.Г.

## КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ ПОДХОД И ЕГО РЕАЛИЗАЦИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

*Республиканский институт профессионального обучения,  
Минск, Республика Беларусь*

Стремительность развития общества характеризуется неравномерностью, нелинейностью, вероятностью протекания процессов в различных областях общественной практики, что соответственно требует переоценки сложившейся общественной практики. Особое значение приобретает способность современного специалиста самостоятельно ставить и решать задачи, актуализированные потребностями развивающейся техники и технологии производства.

В последние годы многие предприятия используют в своей повседневной практике системы конкурсного замещения многих должностей. Большинство компаний заинтересованы в наличии у своих работников мотивации для эффективной деятельности. Для работодателей ценны сотрудники, которые принимают на себя полную ответственность за принятие и реализацию управленческих решений, отождествляют себя с компанией и понимают объективную необходимость достижения единства личных интересов и интересов фирмы (8).

Проблема в том, что многим сотрудникам не только не хватает профессиональных знаний, но и желания их постоянно расширять. Они не способны всесторонне оценить последствия принимаемых решений, не в состоянии адекватно реагировать на меняющиеся обстоятельства.