

Удмуртская Республика
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Сюмсинская средняя общеобразовательная школа

Номинация «Человек и его здоровье»

Исследовательская работа
«Гендерные особенности тревожности старшеклассников
МБОУ Сюмсинской СОШ в период подготовки к ЕГЭ»

Автор: Осипова Дарья

Александровна, ученица 10 класса

МБОУ Сюмсинской СОШ

Руководитель: Осипова Светлана

Михайловна, учитель химии

МБОУ Сюмсинской СОШ

Сюмси, 2021

Оглавление

Введение	3
1. Обзор литературы по теме исследования	4
1.1 Исследование проблем тревожности в отечественной психологии	4
1.2 Гендерные различия тревожности у подростков	5
2. Методика исследований	8
3. Результаты исследований и их обсуждение	9
Выводы	15
Список литературы	16
Приложение	17

Введение

Большое значение для развития личности имеет психическое здоровье, т.е. состояние полного душевного, физического и социального благополучия. Если человек попадает в ситуацию дискомфорта, то в первую очередь человек, реагирует на эту ситуацию негативными переживаниями, которые, в свою очередь, вызывают тревожность. Тревога, стресс, бессонница, нагнетание обстановки дома и в школе — стандартные "симптомы" подготовки к ЕГЭ современных школьников. Одни выпускники воспринимают экзамены достаточно легко и идут на экзамены, уверенные в успехе, у других - экзамен и оценка за него тесно связаны с беспокойством и тревожностью. Подготовка к успешной сдаче экзамена и преодоление экзаменационного стресса – актуальная проблема для старшей школы.

Подростки с высоким или даже выдающимся уровнем знаний, по словам заведующего кафедрой психиатрии и медицинской психологии РНИМУ им. Н.И. Пирогова, доктора медицинских наук Андрея Шмиловича, лишены защитных психологических механизмов, которые необходимы для ликвидации тревоги в стрессовой ситуации. ЕГЭ — психологический барьер, который многие не могут перейти и из-за этого не поступают в университеты. Тревожность является частым симптомом неврозов и функционального психоза, а также входит в синдром других заболеваний или является пусковым механизмом расстройства эмоциональной сферы личности. Таким образом, эмоциональное благополучие подрастающего поколения – один из объектов пристального внимания школьных психологов, педагогов, родителей. Своевременная и качественная диагностика подобного неблагополучия, адекватные коррекционные меры могут уменьшить риск возникновения нежелательных тенденций в развитии личности. Это определило актуальность темы исследования.

Цель исследования: изучить гендерные различия тревожности старшеклассников МБОУ Сюзинской СОШ при подготовке к ЕГЭ.

Объект исследования: тревожность старшеклассников МБОУ Сюзинской СОШ

Предмет исследования: гендерные особенности тревожности старшеклассников при подготовке к ЕГЭ.

Гипотеза исследования: предполагает существование различий в проявлении тревожности у мальчиков и девочек в период подготовки к ЕГЭ. У мальчиков уровень тревожности в целом ниже, чем у девочек.

Для достижения поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы исследования были определены следующие **задачи:**

1. Провести теоретический анализ литературы по проблеме гендерных особенностей тревожности, проявляющейся у подростков.
2. Подобрать методики диагностики тревожности подросткового возраста.
3. Используя методики, определить уровень тревожности старшеклассников
4. Математически обработать и проанализировать полученные данные.

Методы исследования: анализ литературы, тестирование, математическая и статистическая обработка.

1. Обзор литературы по теме исследования

1.1. Исследование проблем тревожности в отечественной психологии

Проблема тревожности является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии. В психологической литературе, можно встретить разные определения понятия тревожности, хотя большинство исследователей сходятся в признании необходимости рассматривать его дифференцированно – как ситуативное явление и как личностную характеристику с учетом переходного состояния и его динамики.

Так, А.М. Прихожан указывает, что тревожность – это “переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности” [6].

Различают тревожность как эмоциональное состояние и как устойчивое свойство, черту личности или темперамента. По определению Р.С. Немова: “Тревожность – постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состоянии повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях”.

Л.А. Китаев-Смык, в свою очередь, отмечает, что “широкое распространение получило в последние годы использование в психологических исследованиях дифференцированного определения двух видов тревожности: “тревожность характера” и ситуационная тревожность, предложенное Спилбергом, Ханиным”.

По определению А.В. Петровского: “Тревожность – склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги; один из основных параметров индивидуальных различий. Тревожность обычно повышена при нервно-психических и тяжелых соматических заболеваниях, а также у здоровых людей, переживающих последствия психотравмы, у многих групп лиц с отклоняющимся субъективным проявлением неблагополучия личности”. Современные исследования тревожности направлены на различие ситуативной тревожности, связанной с конкретной внешней ситуацией, и личностной тревожности, являющейся стабильным свойством личности, а также на разработку методов анализа тревожности, как результата взаимодействия личности и ее окружения [10].

Г.Г. Аракелов, Н.Е. Лысенко, Е.Е. Шотт, в свою очередь, отмечают, что тревожность – это многозначный психологический термин, который описывают как определенное состояние индивидов в ограниченный момент времени, так и устойчивое свойство любого человека. Анализ литературы последних лет позволяет рассматривать тревожность с разных точек зрения, допускающих утверждение о том, что повышенная тревожность возникает и реализуется в результате сложного взаимодействия когнитивных, аффективных и поведенческих реакций, провоцируемых при воздействии на человека различными стрессами. Тревожность - как черта личности связана с генетически детерминированными свойствами функционирующего мозга

человека, обуславливающими постоянно повышенным чувством эмоционального возбуждения, эмоций тревоги [3].

В исследовании уровня притязаний у подростков М.З. Неймарк обнаружила отрицательное эмоциональное состояние в виде беспокойства, страха, агрессии, которое было вызвано неудовлетворением их притязаний на успех. Также эмоциональное неблагополучие типа тревожности наблюдалось у детей с высокой самооценкой. Они претендовали на то, чтобы быть «самыми лучшими» учениками, или занимать самое высокое положение в коллективе, то есть были высокие притязания в определенных областях, хотя действительных возможностей для реализации своих притязаний не имели.[8].

1.2. Гендерные различия тревожности у подростков

Само понятие «гендер» представляется как совокупность социальных и культурных норм, которое общество предписывает выполнять людям в зависимости от их биологического пола. В зависимости от того, к какому полу он принадлежит, индивид выстраивает своё поведение, свои взаимоотношения [4]. Гендерная тревожность – форма проявления личностной тревожности, связанная с восприятием себя как лица определенного пола. Гендерная тревожность характеризуется состоянием беспокойства, дискомфорта, неудовлетворенности, связанных с восприятием собственной мужественности/женственности: неудовлетворенность внешностью, отсутствие гармонии в партнерских отношениях, несоответствие параметров образа «Я» социально одобряемым параметрам «настоящего мужчины», «настоящей женщины». Помимо влияния самовосприятия, основанного на мировоззренческой концепции и системе ценностей воспринимающего себя субъекта, развитие гендерной тревожности обуславливается особенностями межполового восприятия и взаимодействия, а также, спецификой взаимодействия с лицами того же пола, значимыми фигурами.

Дать однозначную оценку гендерной тревожности, как и тревожности вообще, не представляется возможным. В определенных ситуациях тревожность является движущей силой саморазвития, побуждает к действию, в других – искажает нормальный ход развития, провоцирует избегание потенциально травмирующих ситуаций, отказ от реализации определенных действий. Гендерная идентичность – отнесение себя к определенному полу, – один из самых устойчивых и наиболее рано формируемых видов идентичности. Идентификация «я-мужчина/женщина» играет важную роль в конструировании образа «Я» человека на протяжении всей жизни.[14].

Замечено, что интенсивность переживания тревоги, уровень тревожности у мальчиков и девочек различны. При опросе учителей и самих испытуемых выяснилось, что девочки более робки и тревожны. Половые различия по тревожности не связаны с возрастом испытуемых: они примерно одинаковы у детей и взрослых. Однако данные по различным видам

тревожности (общая и социальная тревожность) противоречивы. Ранняя социальная тревожность понимается как общая тревожность. Наблюдается и расхождение результатов, с одной стороны, личностных шкал и, с другой стороны, наблюдений за поведением мальчиков и девочек. Могут различаться данные городских и сельских испытуемых и представителей разных культур [1,13].

В детском возрасте девочки чаще, чем мальчики, страдают, от каких бы то ни было тревожных расстройств исследовании популяционной выборки из 1079 подростков, обнаружили, что девочки гораздо чаще, чем мальчики, имели диагноз «тревожное расстройство» на момент исследования или в анамнезе. Девочки подросткового возраста проявляют больше тревог вообще и большую сепарационную тревогу в частности и в шесть раз чаще страдают генерализованным тревожным расстройством, чем мальчики того же возраста. В норвежском исследовании социальной тревожности у детей в возрасте 8–13 лет, согласно родительским оценкам, 2,3 % детей были отнесены в группу с высоким уровнем социальной тревожности. Никаких значимых гендерных и возрастных различий обнаружено не было.

Во французском исследовании у 503 детей в возрасте 9–14 лет было обнаружено значительное снижение уровня социальной тревожности от IV до IX класса. Разницы в уровне социальной тревожности между мальчиками и девочками обнаружено не было, за исключением небольших различий в страхе негативной оценки – у девочек он оказался немного выше. Павлова Т.С. и Холмогорова А.Б. в своих исследованиях доказали, что по результатам сравнения групп с помощью критерия Манна–Уитни не было обнаружено статистически значимых различий по уровню социальной тревожности между мальчиками и девочками ни у младших, ни у старших подростков.[9].

Лупенко Н.Н (2012) выявлено, что «в подростковом возрасте тревожность является важной психологической составляющей, которая влияет на общее состояние благополучия личности и социально-психологической адаптированности, особенно в ситуациях, связанных с обучением в школе. Длительно переживаемая тревога приводит к нарушению поведенческой интеграции и адаптации личности, может быть причиной нарушения психологического здоровья школьника, особенно в условиях дистанционного обучения. Имеются гендерные различия в проявлении тревожности и социально психологической адаптированности. Девочки значительно превосходят мальчиков по выраженности среднего уровня принятия других людей, в большей степени принимают особенности их личности и индивидуальности. Высокие значения эмоционального дискомфорта достоверно чаще встречаются у девочек. Девочки больше, чем мальчики, склонны воспринимать угрозу своей самооценке» [5].

Результаты исследования позволяют констатировать, что тревожности подвержены как мальчики, так и девочки. Специалисты считают, что в дошкольном возрасте более тревожными являются мальчики, к 9- 11 годам соотношение становится равномерным, а после 12 лет происходит резкое

повышение уровня тревожности у девочек, что подтверждаю исследования. У девочек тревожность проявляется в крайне высоких показателях в отношении к оценке знаний, взаимоотношениях с учителем, тревога, связанная с успеваемостью; у мальчиков же мы видим проявление тревожности в большей степени во взаимоотношениях с родителями и это не крайне высокие показатели.[7].

Таким образом, некоторые исследования подтверждают, что различия в уровне тревожности между мальчиками и девочками обнаружено не было. В то же время, многие исследования приводят данные, что девочки испытывают большую тревогу, чем мальчики. Можно дать несколько возможных объяснений. Во-первых, девочки подвергаются большему социальному давлению и стереотипизации, что может вызывать повышенную тревожность об успеваемости в школе. Во-вторых, в большинстве экспериментов уровень экзаменационной тревожности выявляется с помощью всевозможных опросников (а не через замер реальных физических показаний, таких, как пульс). Поэтому есть вероятность, что мальчики просто не признаются в тревоге или преуменьшают её, так как в современном обществе переживания и страх считаются не мужественными чертами.

2. Методика исследований

Исследования проводились с февраля по май 2021г. В исследовании приняли учащиеся 11а и 11б классов МБОУ Сюзсинской СОШ. В эксперименте участвовало 35 учащихся в возрасте 16-17 лет, 17 мальчиков и 18 девочек. Мы определяли уровень школьной тревожности, уровень общей самооценки и самооценки психологической готовности к сдаче ЕГЭ среди учащихся 11 -х классов МБОУ Сюзсинской СОШ. Для этого нами были использованы следующие методики:

1. Анкета «Самооценка психологической готовности к ЕГЭ» (модификация методики М.Ю.Чибисовой) (Приложение 4). Данная анкета имеет ориентировочный характер и позволяет оценить готовность к ЕГЭ глазами самих выпускников. Она затрагивает такие составляющие, как способность к самоорганизации (познавательный компонент), уровень тревоги (личностный компонент) и знакомство с процедурой экзамена (процессуальный компонент).

2. Тест школьной тревожности Филлипса (Приложение 6). Опросник школьной тревожности Филлипса относится к стандартизированным психодиагностическим методикам и позволяет оценить не только общий уровень школьной тревожности, но и качественное своеобразие переживания тревожности, связанной с различными областями школьной жизни. Опросник достаточно прост в проведении и обработке, поэтому хорошо зарекомендовал себя при проведении фронтальных психодиагностических обследований.

3. Изучение общей самооценки (опросник Казанцевой Г.Н.) (Приложение 5). Позволяет определить уровень самооценки личности. Методика построена в форме традиционного опросника.

4. Анкета «Шкала личной тревожности учащихся А.М. Прихожан» (Приложение 7). Анкета разработана по принципу «Шкалы социально-ситуативной тревожности» Кондаша (1973). Особенность шкал такого типа состоит в том, что в них человек оценивает не наличие или отсутствие у себя каких-либо переживаний, симптомов тревожности, а ситуации — с точки зрения того, насколько они могут вызывать тревогу. Преимущество шкал такого типа заключается в том, они позволяют определить области действительности, являющиеся для школьников основными источниками тревоги.

Данные методики были выбраны с учетом возрастных особенностей и возможностью математической обработки данных. Для статистической обработки собранного материала использовался t-критерий Стьюдента.

3. Результаты исследований и их обсуждение

Полученные данные анкеты «Самооценка психологической готовности к ЕГЭ» (модификация методики М.Ю. Чибисовой) представлены в приложении 1. Результаты анкетирования свидетельствуют о том, что высокий и выше среднего показатели информированности о процедуре ЕГЭ имеют 100% мальчиков и 98% девочек (рис.1). Учащиеся хорошо осведомлены о самой процедуре сдачи ЕГЭ, умеют работать с КИМами, достаточно много знают про ЕГЭ, чтобы понять его преимущества и недостатки. Это вполне объяснимо – экзамен проводится с 2001 года, его процедура понятна и доступна для изучения каждому, в школах много внимания уделяется знакомству детей с правилами поведения на ЕГЭ. В 2020 году подобную процедуру учащиеся уже проходили на ГИА.

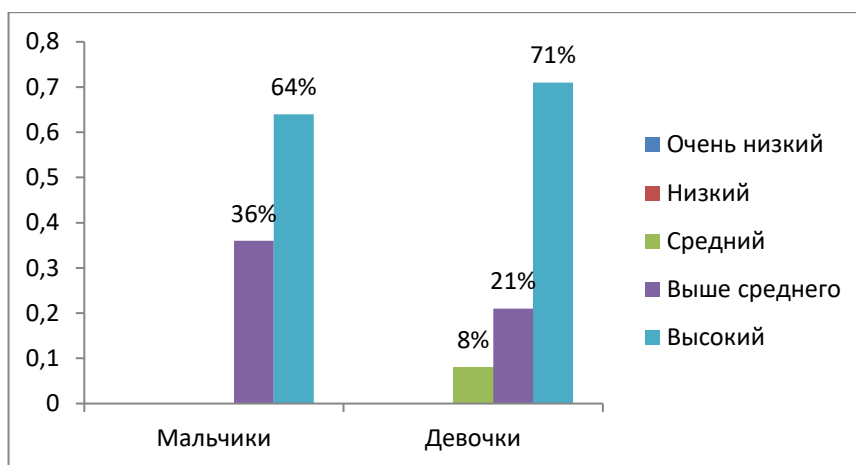


Рис.1. Осведомленность и умелость в процедурных вопросах сдачи ЕГЭ

100 % мальчиков владеют навыками самоконтроля и самоорганизации. Не уверены в своих силах и в том, что смогут выстроить стратегию деятельности на экзамене 29% девочек (рис.2).

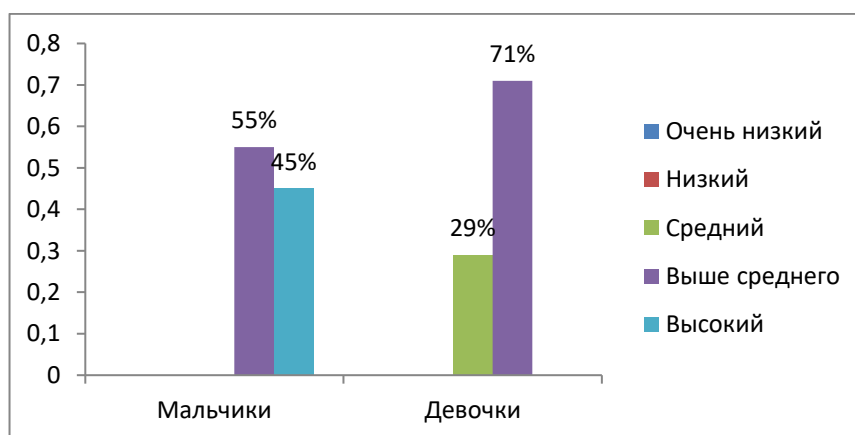


Рис. 2 Способность к самоорганизации и контролю

Выше среднего и высокую экзаменационную тревожность мы наблюдаем у 79% девочек, они не владеют способами снижения тревоги, управления

своим эмоциональным состоянием. У них ЕГЭ заранее вызывает чувство тревоги, они волнуются, когда думают о предстоящих экзаменах. Среди мальчиков такой тенденции не наблюдается (рис.3).

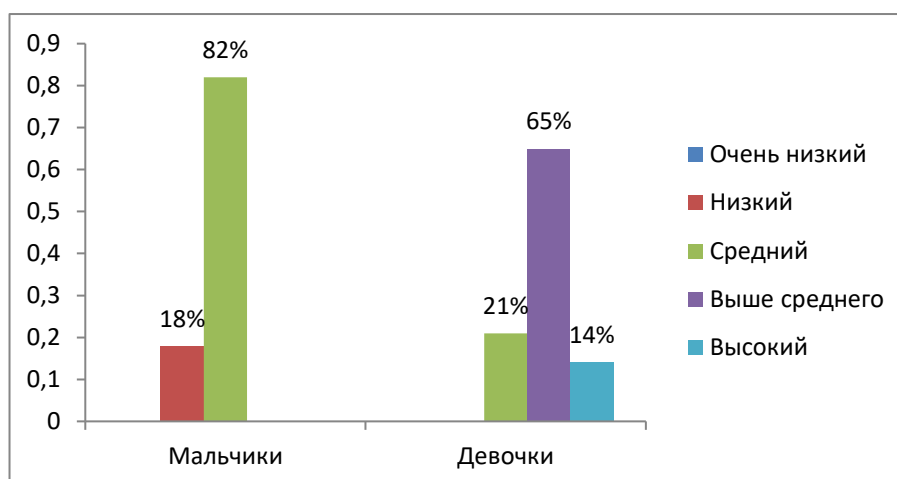


Рис.3.Экзаменационная тревожность

Если рассматривать среднее значение данных показателей (таблица 1), то осведомленность и умелость в процедурных вопросах сдачи ЕГЭ высокая как у девочек, так и у мальчиков (21,5 и 21,5). Это говорит о том, что процедурные вопросы не могут вызвать у них тревожность. Способность к самоорганизации и самоконтролю выше у мальчиков (20,6) они лучше владеют навыками самоконтроля и самоорганизации чем девочки (17,0). Были выявлены достоверные гендерные различия экзаменационной тревожности. Экзаменационная тревожность выше у девочек (17,1), чем у мальчиков (12,3), так как девочки плохо владеют навыками самоорганизации и самоконтроля.

Таблица 1. Среднее значение данных анкеты «Самооценка психологической готовности к ЕГЭ» у мальчиков и девочек

Показатели	Среднее значение		Достоверность различий
	Девочки	Мальчики	
Осведомленность и умелость в процедурных вопросах сдачи ЕГЭ	21,5(высокий)	21,5(высокий)	$p > 0,05$ (0,1)
Способность к самоорганизации и самоконтролю	17,0(выше среднего)	20,6(высокий)	$p < 0,05$ (3,4*)
Экзаменационная тревожность	17,1(выше среднего)	12,3(средний)	$p < 0,05$ (5,2*)

*-различия статистически значимы при уровне значимости $p < 0,05$

Школьная тревожность выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Ребенок

постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, не уверен в правильности своего поведения. Среднее значение (таблица 2) показателя «Переживание социального стресса», т. е. эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты со сверстниками, выражен на повышенном уровне у мальчиков(66,92) и на высоком у девочек (79,75). Также обнаружены достоверные различия по шкале «Страх ситуации проверки знаний», на низком уровне у мальчиков (46,67) и на высоком у девочек (76,33). Это свидетельствует о большей восприимчивости последних к переживаниям в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей.

Выявлены достоверно более высокие значения показателя «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» у девочек (88,33). «Фрустрация потребности в достижении успеха» у мальчиков и девочек показывает высокую тревожность (достоверных гендерных различий не выявлено). По таким факторам как «Страх самовыражения», «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих», «Проблемы и страхи в отношениях с учителями», показывают повышенную тревожность, как у мальчиков, так и девочек (достоверных гендерных различий не выявлено).

Таблица 2. Среднее значение данных «Методики диагностики уровня школьной тревожности Филлипса» у мальчиков и девочек

Факторы	Среднее значение (%)		Достоверность различий
	Мальчики	Девочки	
Общая тревожность в школе	57,67 (повышенная)	79,25 (высокая)	p<0,05 (3,4*)
Переживание социального стресса	66,92(повышенная)	79,75(высокая)	p<0,05 (2,3*)
Фрустрация потребности в достижении успеха	69,33(повышенная)	71,25(повышенная)	p>0,05 (0,4)
Страх самовыражения	51,25(повышенная)	66,50(повышенная)	p>0,05 (0,4)
Страх ситуации проверки знаний	46,67(повышенная)	76,33(высокая)	p<0,05 (4,0*)
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	58,33(повышенная)	60,00(повышенная)	p>0,05 (0,1)
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	52,50(повышенная)	88,33(высокая)	p<0,05 (3,1*)

Проблемы и страхи в отношениях с учителями	56,50(повышенная)	63,75(повышенная)	p>0,05 (1,1)
--	-------------------	-------------------	--------------

*-различия статистически значимы при уровне значимости p<0,05

У 75% опрошиваемых девочек высокая тревожность по шкале «Общая тревожность». У 92% девочек высокая тревожность по шкале «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу», что характеризует особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость девочек к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды (рис.4).

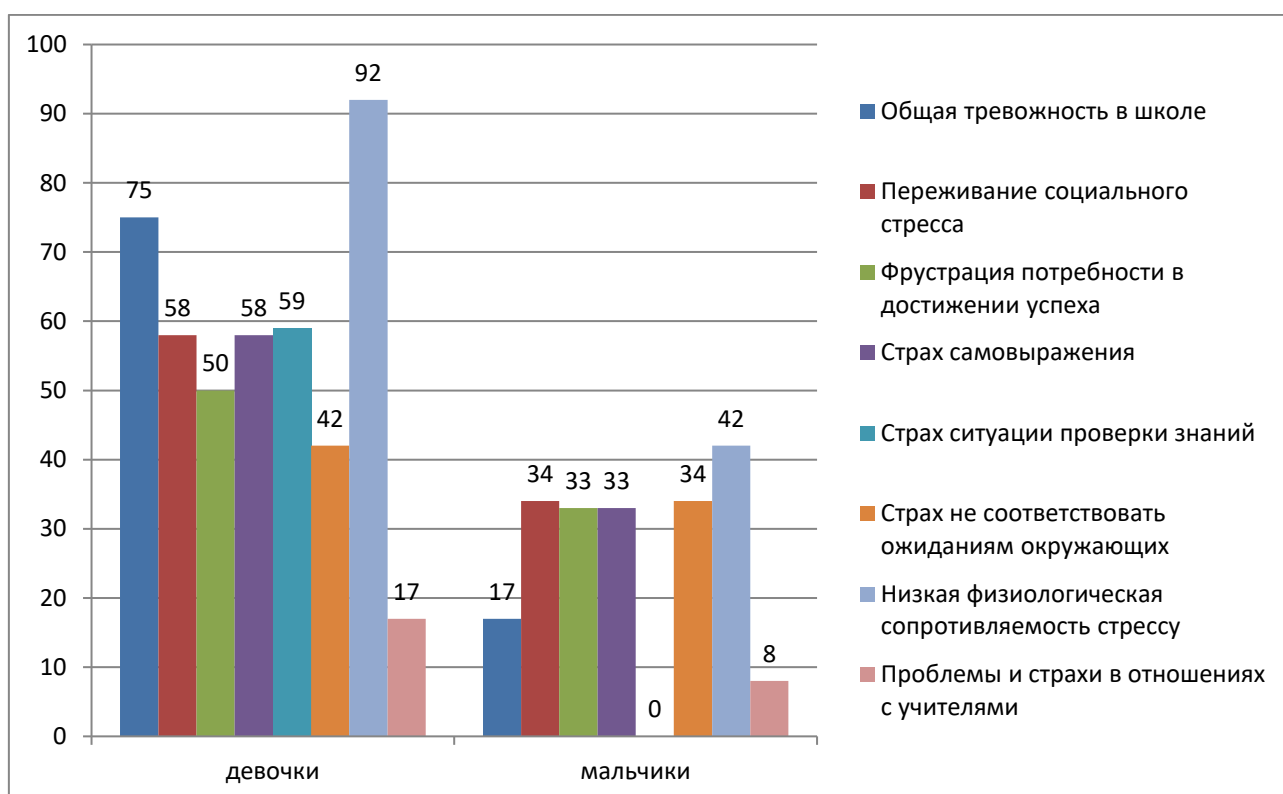


Рис. 4. Показатели высокой тревожности учеников (%).

Так же для изучения проявления тревожности мы использовали данные, полученные с помощью методики шкалы личностной тревожности учащихся (А.М. Прихожан). Обработка данных состояла в том, что высчитывались баллы по приведенной в методике шкале, которые затем переводились в стень, соответственно таблице нормативных показателей для данного возраста. Среди полученных данных было выделено три уровня проявления тревожности (приложение 7). Данные теста «Шкала личной тревожности учащихся А.М. Прихожан» представлены в приложении 3. Высокий и несколько повышенный общий уровень тревожности значительно превышает среди девочек, разница составила 33%. Аналогичные результаты были получены и по самооценочной (разница 26%) и межличностной

(разница 9%) тревожности. Высокий и несколько повышенный уровень по шкале школьная тревожность, т. е. переживание школьных ситуаций, (ответ у доски, контрольная работа) как стрессовых, тревожных, волнительных, высокий процент у мальчиков 16% (рис.5).

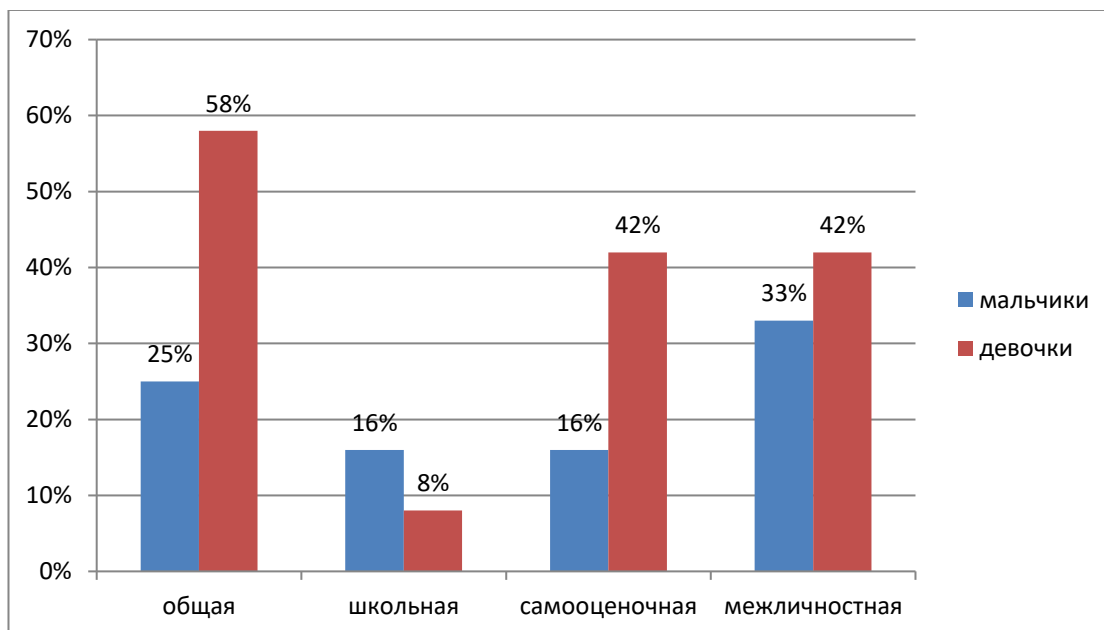


Рис.5 Высокий и несколько повышенный уровень тревожности

Изучение данных (таблица 3) социально-ситуационной тревоги среди старшеклассников показало, что отмечаются более высокие показатели общей тревожности у девочек, составляя 60,25 против 44,50 ($P < 0,05$). Такая же тенденция была характерна и для показателя школьной тревожности, составляя 16,00 против 11,92 соответственно ($P > 0,05$). Характерно увеличение показателя самооценочной тревожности у девочек 19,83 против 13,17 ($p < 0,05$). Она показывает уровень тревоги, вызванной оценкой своей внешности и своих способностей по сравнению со сверстниками. Межличностная тревожность — это тревожность в ситуации общения с взрослыми и сверстниками. Среднее значение межличностной тревожности выше среди девочек и составляет 17,08 против 15,50 у мальчиков ($P > 0,05$).

Таблица 3. Среднее значение результатов анкеты «Шкала личной тревожности учащихся А.М. Прихожан», диагностирующей уровень тревожности у мальчиков и девочек.

Тревожность	Среднее значение		Достоверность различий
	Девочки	Мальчики	
Общая	60,25	44,50	$p < 0,05$ (2,5*)
Школьная	16,00	11,92	$p > 0,05$ (1,9)
Самооценочная	19,83	13,17	$p < 0,05$ (3,0*)
Межличностная	17,08	15,50	$p > 0,05$ (0,5)

*-различия статистически значимы при уровне значимости $p < 0,05$

Таким образом, изучение данных социально-ситуационной тревоги среди старшеклассников показало, что отмечаются более высокие показатели общей, самооценочной и межличностной тревожности у девочек. Достоверные гендерные различия мы выявили только по общей и самооценочной тревожности.

Результаты полученных данных исследования самооценки по методике Казанцевой Г.Н. зафиксированы в приложение 2. По результатам диагностики у 71% подростков адекватная самооценка. Завышенную самооценку имеют 12% школьников и заниженную - 17%. При этом адекватную самооценку имеют практически одинаковое количество мальчиков и девочек (разница 8%). Однако среди опрошенных нет девочек с завышенной самооценкой, а среди мальчиков с завышенной самооценкой 25%. Заниженная самооценка у 25% девочек и у 8% мальчиков (рис.6).

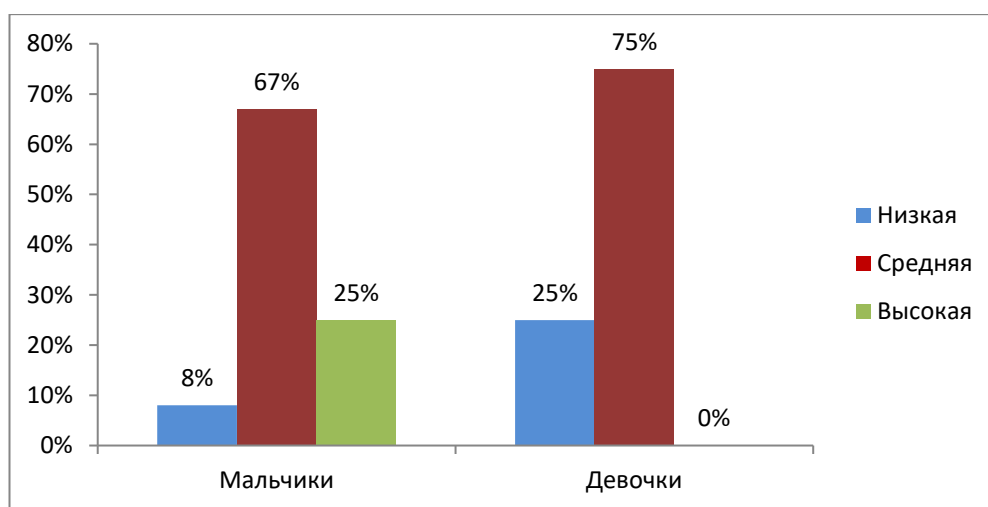


Рис.6. Гендерные различия самооценки учащихся

Таким образом, большинство мальчиков и девочек имеют адекватную самооценку. Процентное отношение мальчиков и девочек с адекватной самооценкой практически одинаковое. Но среди опрошенных нет девочек с завышенной самооценкой. Девочек с заниженной самооценкой больше чем мальчиков. Поэтому тревожность в этих случаях часто порождается конфликтностью самооценки, наличием в ней противоречия между высокими притязаниями и достаточно сильной неуверенностью в себе. Подобный конфликт, заставляя этих школьников постоянно добиваться успеха, одновременно мешает им правильно оценивать его, порождая чувство постоянной неудовлетворенности, неустойчивости, напряженности.

Выводы

1. В данной работе была освещена проблема гендерной тревожности у старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ. В ходе работы были реализованы поставленные задачи, был проведен теоретический анализ литературы, проведено диагностическое исследование и проведен анализ результатов.

2. Резюмируя результаты исследования, можно сказать, что показатели «осведомленность и умелость в процедурных вопросах сдачи ЕГЭ» у девочек и у мальчиков одинаковые. А «способность к самоорганизации и самоконтролю» у девочек ниже, поэтому и «экзаменационная тревожность» у них несколько выше, чем у мальчиков.

3. Выявлено, что девочки-подростки имеют более высокий уровень тревожности, который повышает вероятность деструктивного реагирования на тревожные факторы образовательной среды. Обнаружены достоверные гендерные различия по показателям «Общая тревожность в школе», «Переживание социального стресса», «Страх ситуации проверки знаний», «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу».

4. Отмечаются более высокие показатели общей, самооценочной и межличностной тревожности у девочек. Достоверные гендерные различия выявили по общей и самооценочной тревожности.

5. Адекватно себя оценивают большинство учащихся, соотношение мальчиков и девочек примерно одинаковое. Но среди мальчиков несколько выше процент с завышенной самооценкой, а среди девочек, наоборот, с заниженной. Что связано у последних с низкой социальной адаптацией или неприятием себя.

6. Проведенные исследования показали, что у девочек уровень тревожности по некоторым показателям выше, чем у мальчиков. Это значит, что наша гипотеза подтвердилась.

Список литературы

1. Абубакирова Н.И. Что такое «гендер» // Общественные науки и совместимость. – 2006. – №6. – С. 123–125. Каган В.Е. Стереотипы мужественности-женственности и образ «Я» у подростков // Вопросы психологии. – 2005. – №3. С. 20–25.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер // М.: Академический проект, 2011. — 240 с.
3. Аракелов Н.Е., Лысенко Е.Е. “Психофизиологический метод оценки тревожности” // Психологический журнал – 1997 - №2 – с. 34-38
4. Воронина О.А. Теория и методология гендерных исследований: Курс лекций. – М: МЦГИ – МВШСЭН – МФФ, 2006. – 415 с.
5. Лупенко Н.Н. Гендерные различия тревожности личности и социально-психологической адаптированности у подростков // Общество: социология, психология, педагогика. 2019. №9.
6. Макшанцева Л.В. Тревожность и возможности ее снижения у детей // Психологическая наука и образование – 1988 №2 – с. 15
7. Микляева А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. - СПб.: Речь, 2007.
8. Неймарк М.З. Аффекты у детей и пути их преодоления // Советская педагогика – 1963 - №5 – с. 38-40
9. Павлова Т.С., Холмогорова А.Б. Гендерные факторы социальной тревожностив подростковом возрасте// Электронный журнал «Психологическая наука и образование psyedu.ru» - 2014 - № 1. – URL: https://psyjournals.ru/files/68046/psyedu_2014_n1_Pavlova_Kholmogorova.pdf
- 10.Петровская Л.А. Компетентность в общении: Социально-психологический тренинг. – М.: Изд-во МГУ, 1989
- 11.Прихожан А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А. М. Прихожан // Спб.: Питер, 2007. — 192 с.
- 12.Тест школьной тревожности Филлипса // Практикум по возрастной психологии / под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко.СПб., 2002. С. 323–327.
- 13.Тимохина А. С. Гендерные особенности проявления тревожности у подростков // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 11–15. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/95046.htm>
14. Филиппова С.А .Гендерная тревожность и ее проявления на личностном и социальном уровнях // Вестник Таджикского национального университета:– 20153– №3– с.293-297
- 15.Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / К. Хорни // М.: Артис-пресс, 2004. — 464 с.
- 16.Чибисова М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями. М.: Генезис, 2009 С. 88

Таблица 6. Показатели анкеты «Самооценка психологической готовности к ЕГЭ» у мальчиков

	очень низкий	низкий	средний	выше среднего	высокий
Осведомленность и умелость в процедурных вопросах сдачи ЕГЭ	-	-	-	36%	64%
Способность к самоорганизации и самоконтролю	-	-	-	55%	45%
Экзаменационная тревожность	-	18%	82%	-	-

Таблица 7. Показатели анкеты «Самооценка психологической готовности к ЕГЭ» у девочек

	очень низкий	низкий	средний	выше среднего	высокий
Осведомленность и умелость в процедурных вопросах сдачи ЕГЭ	-	-	8%	21%	71%
Способность к самоорганизации и самоконтролю	-	-	29%	71%	-
Экзаменационная тревожность	-	-	21%	65%	14%

Таблица 8. Сравнение результатов «Изучение общей самооценки» у мальчиков и девочек

Уровень самооценки	Мальчики	Девочки
Низкая	8%	25%
Средняя	67%	75%
Высокая	25%	0%

Таблица 9. Результаты анкеты «Шкала личной тревожности учащихся А.М. Прихожан», диагностирующей уровень тревожности у девочек.

Виды тревожности							
Общая		Школьная		Самооценочная		Межличностная	
%	уровень тревожности	%	уровень тревожности	%	уровень тревожности	%	уровень тревожности
0%	очень высокий	0%	очень высокий	0%	очень высокий	0%	очень высокий
58%	высокий	0%	высокий	8%	высокий	0%	высокий
0%	несколькоповышенная	8%	несколькоповышенная	34%	несколькоповышенная	42%	несколькоповышенная
42%	нормальная	75%	нормальная	50%	нормальная	50%	нормальная
0%	«чрезмерное спокойствие»	17%	«чрезмерное спокойствие»	8%	«чрезмерное спокойствие»	8%	«чрезмерное спокойствие»

Таблица 10. Результаты анкеты «Шкала личной тревожности учащихся А.М. Прихожан», диагностирующей уровень тревожности у мальчиков.

Виды тревожности							
Общая		Школьная		Самооценочная		Межличностная	
%	уровень тревожности	%	уровень тревожности	%	уровень тревожности	%	уровень тревожности
0%	очень высокий	0%	очень высокий	0%	очень высокий	0%	очень высокий
16%	высокий	0%	высокий	0%	высокий	25%	высокий
9%	несколькоповышенная	16%	несколькоповышенная	16%	несколькоповышенная	8%	несколькоповышенная
67%	нормальная	84%	нормальная	84%	нормальная	67%	нормальная
8%	«чрезмерное спокойствие»	8%	«чрезмерное спокойствие»	0%	«чрезмерное спокойствие»	0%	«чрезмерное спокойствие»

Анкета «Самооценка психологической готовности к ЕГЭ» (модификация методики М.Ю.Чибисовой).

Инструкция: Для успешной сдачи ЕГЭ необходимо оценить и скорректировать те психологические трудности, с которыми может столкнуться каждый выпускник. В этом тебе поможет данная анкета, результаты которой ты обработаешь самостоятельно. Оцени свое согласие или несогласие с приведенными ниже утверждениями по 5-балльной шкале – обведи цифру, отражающую твое мнение.

№	УТВЕРЖДЕНИЯ	ОТВЕТЫ				
		1	2	3	4	5
1	Я достаточно осведомлен о самой процедуре сдачи ГИА	1	2	3	4	5
2	Думаю, что способен правильно распределить свои силы во время ГИА	1	2	3	4	5
3	ГИА заранее у меня вызывает тревогу	1	2	3	4	5
4	Я не очень хорошо представляю, как проходит ГИА	1	2	3	4	5
5	Полагаю, что смогу оптимально спланировать свое время в течение экзамена	1	2	3	4	5
6	Я не волнуюсь, когда думаю о предстоящих ГИА	1	2	3	4	5
7	Я умею работать с КИМ	1	2	3	4	5
8	Я не знаю, как выбрать наилучший для меня способ выполнения заданий	1	2	3	4	5
9	Думаю, что сумею справиться со своей тревогой на экзамене	1	2	3	4	5
10	Я достаточно много знаю про ГИА, чтобы понять его преимущества и недостатки	1	2	3	4	5
11	Я смогу определить конструктивную для себя стратегию деятельности	1	2	3	4	5
12	С моим беспокойством мне будет трудно сдавать ГИА	1	2	3	4	5
13	Я знаю, какие задания нужно выполнять, чтобы получить желаемую оценку	1	2	3	4	5
14	Я сумею успокоиться в напряженной ситуации экзамена	1	2	3	4	5
15	Я чувствую, что сдать ГИА мне по силам	1	2	3	4	5
СПАСИБО!						

Результаты подсчитываются суммированием обведенных тобой баллов. Для этого подсчитай сумму баллов отдельно по каждой из трех СОСТАВЛЯЮЩИХ психологической готовности к ЕГЭ, учитывая, что балл по некоторым утверждениям считается в ОБРАТНОМ порядке

СОСТАВЛЯЮЩИЕ	Подсчет баллов в ПРЯМОМ порядке	Подсчет баллов в ОБРАТНОМ порядке
Осведомленность и умелость в процедурных вопросах сдачи ЕГЭ	Утверждения № 1, 7, 10, 13	Утверждение № 4
Способность к самоорганизации и самоконтролю	Утверждения № 2, 5, 11, 14	Утверждение № 8
Экзаменационная тревожность	Утверждения № 3, 12	Утверждения № 6, 9, 15

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ

Сумма баллов	Уровень психологической готовности к ЕГЭ
от 1 до 5 баллов	ОЧЕНЬ НИЗКИЙ
от 6 до 10 баллов	НИЗКИЙ
от 11 до 15 баллов	СРЕДНИЙ
от 16 до 20 баллов	ВЫШЕ СРЕДНЕГО
от 21 до 25 баллов	ВЫСОКИЙ

Тест школьной тревожности Филлипса

Эта методика поможет вам определить уровень и характер тревожности у школьников. Школьная тревожность – это самое широкое понятие, включающее различные аспекты устойчивого школьного эмоционального неблагополучия. Она выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Ребенок постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, не уверен в правильности своего поведения.

Инструкция. Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ "+", если Вы согласны с ним, или "-", если не согласны.

Текст опросника Филлипса

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне знаний со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты опасаясь высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?

27. Боишься ли ты временами вступить в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение остальных те ученики, которые не справляются с учебной работой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли, отвечая на уроке, ты задумываешься о том, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

Обработка и интерпретация результатов

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «—», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом, — это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тесту. Если оно больше 50% от общего числа вопросов, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% — о высокой тревожности.
2. Число совпадений по каждому из 8 видов тревожности. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.



Ключ (тест школьной тревожности Филлипса)



1		-	11		+	21		-	31		-	41		+	51		-
2		-	12		-	22		+	32		-	42		-	52		-
3		-	13		-	23		-	33		-	43		+	53		-
4		-	14		-	24		+	34		-	44		+	54		-
5		-	15		-	25		+	35		+	45		-	55		-
6		-	16		-	26		-	36		+	46		-	56		-
7		-	17		-	27		-	37		-	47		-	57		-
8		-	18		-	28		-	38		+	48		-	58		-
9		-	19		-	29		-	39		+	49					
10		-	20		+	30		+	40		-	50					

Факторы	№ вопросов
1. Общая тревожность в школе	2,4,7,12,16,21,23,26,28,46,47,48,49,50,51,52,53, 54,55,56,57,58 $\Sigma=22$
2. Переживание социального стресса	5,10,15,20,24,30,33,36,39,42,44 $\Sigma=11$
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1,3,6,11,17,19,25,29,32,35,38,41,43 $\Sigma=13$
4. Страх самовыражения	27,31,34,37,40,45 $\Sigma=6$
5. Страх ситуации проверки знаний	2,7,12,16,21,26 $\Sigma=6$
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3,8,13,17,22 $\Sigma=5$
7. Низкая физиологическая	9,14,18,23,28

сопротивляемость стрессу		$\Sigma=5$
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,6,11,32,35,41,44,47	$\Sigma=8$

Содержательная характеристика видов (факторов) тревожности

1. Общая тревожность в школе — общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. Переживание социального стресса — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего — со сверстниками).
3. Фрустрация потребности в достижении успеха — неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д.
4. Страх самовыражения — негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.
5. Страх ситуации проверки знаний — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей.
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих — ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу — особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями — общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Изучение общей самооценки (опросник Казанцевой Г.Н.)

Инструкция испытуемому: «Вам будут зачитаны некоторые положения. Вам нужно записать номер положения и против него – один из трех вариантов ответов: «да» (+), «нет» (–), «не знаю» (?), выбрав тот ответ, который в наибольшей степени соответствует вашему собственному поведению в аналогичной ситуации. Отвечать нужно быстро, не задумываясь».

Текст опросника

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.
2. Большую часть времени я нахожусь в подавленном настроении.
3. Со мной большинство ребят советуются (считаются).
4. У меня отсутствует уверенность в себе.
5. Я примерно так же способен и находчив, как большинство окружающих меня людей (ребят в классе).
6. Временами я чувствую себя никому не нужным.
7. Я все делаю хорошо (любое дело).
8. Мне кажется, что я ничего не достигну в будущем (после школы).
9. В любом деле я считаю себя правым.
10. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
11. Когда я узнаю об успехах кого-нибудь, кого я знаю, то ощущаю это как собственное поражение.
12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.
13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.
14. Мне кажется, что успешному выполнению поручений или дел мне мешают различные препятствия, которые мне не преодолеть.
15. Я редко жалею о том, что уже сделал.
16. Окружающие меня люди гораздо более привлекательны, чем я сам.
17. Я сам думаю, что я постоянно кому-нибудь необходим.
18. Мне кажется, что я занимаюсь гораздо хуже, чем остальные.
19. Мне чаще везет, чем не везет.
20. В жизни я всегда чего-то боюсь.

Обработка результатов. Подсчитывается количество согласий («да») под нечетными номерами, затем – количество согласий с положениями под четными номерами. Из первого результата вычитается второй. Конечный результат может находиться в интервале от –10 до +10.

Результат от –10 до –4 свидетельствует о низкой самооценке. Результат от –3 до +3 о средней самооценке. Результат от +4 до +10 – о высокой самооценке.

Шкала личной тревожности учащихся А.М.Прихожан

Описание. Данная диагностика построена так, чтобы человек не выявлял у себя тревожность или ее отсутствие ситуативно, а наоборот оценивал обстоятельства, вызывающие ту или иную степень тревоги, и умел анализировать действительные причины тревоги. Данная методика направлена на выявление разных видов тревожности:

- а) школьная тревожность;
- б) самооценочная тревожность;
- в) межличностная тревожность, вызванная общением со сверстниками.

Соответственно виды тревожности, выявляемые с помощью данной шкалы, обозначены: школьная, самооценочная, межличностная. Бланк методики содержит инструкцию и задания, что позволят при необходимости проводить ее в группе. На первой странице бланка указывается фамилия, имя школьника, класс, возраст и дата проведения исследования. Обработка данных. Данные о распределении пунктов шкалы представлены в таблице, приведенной ниже.

Инструкция к тесту

(На первой странице бланка). На следующих страницах перечислены ситуации, обстоятельства, с которыми ты встречаешься в жизни. Некоторые из них могут быть для тебя неприятными, так как могут вызвать тревогу, беспокойство или страх.

Внимательно прочти каждое предложение, представь себя в этих обстоятельствах и обведи кружком одну из цифр справа – 0, 1, 2, 3 или 4, – в зависимости от того, насколько эта ситуация для тебя неприятна, насколько она может вызвать у тебя беспокойство, опасения или страх.

- Если ситуация совершенно не кажется тебе неприятной, в столбик "Ответ" поставь цифру 0.
- Если она немного тревожит, беспокоит тебя, в столбик "Ответ" поставь цифру 1.
- Если беспокойство и страх достаточно сильны и тебе хотелось бы не попадать в такую ситуацию, в столбик "Ответ" поставь цифру 2.
- Если ситуация очень неприятна и с ней связаны сильные беспокойство, тревога, страх, в столбик "Ответ" поставь цифру 3.
- При очень сильном беспокойстве, очень сильном страхе в столбик "Ответ" поставь цифру 4.

Твоя задача – представить себе каждую ситуацию (себя в этой ситуации), определить, насколько она может вызвать у тебя тревогу, беспокойство, страх, опасения, и обвести одну из цифр, определяющих, насколько она для тебя неприятна.

- 1 Отвечать у доски
- 2 Требуется обратиться с вопросом, просьбой к незнакомому человеку
- 3 Участвовать в соревнованиях, конкурсах, олимпиадах
- 4 Слышать заклятия
- 5 Разговаривать с директором школы
- 6 Сравнить себя с другими

- 7 Учитель делает тебе замечание
- 8 Тебя критикуют, в чем-то упрекают
- 9 На тебя смотрят, когда ты что-нибудь делаешь (наблюдают за тобой во время работы, решения задачи)
- 10 Видеть плохие или «вещие» сны
- 11 Писать контрольную работу, выполнять тест по какому-нибудь предмету
- 12 После контрольной, теста учитель называет отметки
- 13 У тебя что-то не получается
- 14 Мысль о том, что неосторожным поступком можно навлечь на себя гнев потусторонних сил
- 15 На тебя не обращают внимания
- 16 Ждешь родителей с родительского собрания
- 17 Тебе грозит неуспех, провал
- 18 Слышать смех за своей спиной
- 19 Не понимать объяснений учителя
- 20 Думаешь о своем будущем
- 21 Слышать предсказания о космических катастрофах
- 22 Выступать перед большой аудиторией
- 23 Слышать, что какой-то человек «напускает порчу» на других
- 24 Ссориться с родителями
- 25 Участвовать в психологическом эксперименте
- 26 На тебя смотрят как на маленького
- 27 На экзамене тебе достался 13-й билет
- 28 На уроке учитель неожиданно задает тебе вопрос
- 29 Думаешь о своей привлекательности для девочек (мальчиков)
- 30 Не можешь справиться с домашним заданием
- 31 Оказаться в темноте, видеть неясные силуэты, слышать непонятные шорохи
- 32 Не соглашаешься с родителями
- 33 Берешься за новое дело
- 34 Разговаривать со школьным психологом
- 35 Думать о том, что тебя могут «сглазить»
- 36 Замолчали, когда ты подошел (подошла)
- 37 Общаться с человеком, похожим на мага, экстрасенса
- 38 Слушать, как кто-то говорит о своих любовных похождениях
- 39 Смотреться в зеркало
- 40 Кажется, что нечто непонятное, сверхъестественное может помешать тебе добиться желаемого

Обработка и интерпретация результатов теста

Ключ является общим для обеих форм.

- Школьная тревожность: 1, 5, 7, 11, 12, 16, 19, 28, 30, 34
- Самооценочная тревожность: 3, 6, 8, 13, 17, 20, 25, 29, 33, 39
- Межличностная тревожность: 2, 9, 15, 18, 22, 24, 26, 32, 36, 38
- Магическая тревожность: 4, 10, 14, 21, 23, 27, 31, 35, 37, 40.

Подсчитывается общая сумма баллов отдельно по каждому разделу шкалы и по шкале в целом. Полученные данные интерпретируются в качестве показателей уровней соответствующих видов тревожности, показатель по всей шкале - как общий уровень тревожности. В табл. 2 представлены стандартные данные, позволяющие сравнить показатели уровня тревожности в различных половозрастных группах.

Таблицы стандартных данных, позволяющих охарактеризовать показатели уровня тревожности в различных половозрастных группах.

Уровень тревожности	Класс	Школьная тревожность		Общая тревожность	
		Д	М	Д	М
1 - нормальный	9 кл	7 - 19	4 -17	30-62	17-54
	8 , 10 кл	2 - 14	1 – 13	17-54	10-48
	11 кл	5 - 17	5 – 14	35-62	23-47
2 – несколько повышен	9 кл	19-25	18-23	63-78	55-73
	8 ,10 кл	15-20	14-19	55-72	49-67
	11 кл	18-23	15-19	63-76	48-60
3 - высокий	9 кл	26-31	24-30	79-94	74-91
	10 кл	21-26	20-25	73-90	68-86
	11кл	24-30	20-24	77-90	61-72
4 – очень высокий	9 кл	более 31	более 30	более 94	более 91
	10 кл	более 26	более 25	более 90	более 86
	11 кл	более 30	более 24	более 90	более 72
5 «чрезмерное» спокойствие	9 кл	меньше 7	меньше 4	меньше 30	меньше 17
	10 кл	меньше 2	-----	меньше 17	меньше 10
	11 кл	меньше 5	меньше 5	меньше 35	меньше 23

Продолжение таблицы 2

Уровень тревожности	Класс	Межличностная тревожность		Самооценочная тревожность	
		Д	М	Д	М
1 - нормальный	9 кл	7 - 20	5 -17	11-21	4 -18
	10 кл	4 -19	3 -17	6 -19	1 -17
	11 кл	5 -20	5 – 14	12-23	8 -17
2 – несколько повышен	9 кл	21-27	18-24	22-26	19-25
	10 кл	20-26	18-25	20-26	18-26
	11 кл	21-28	15-19	24-29	18-22
3 - высокий	9 кл	28-33	25-30	27-31	26-32
	10 кл	27-33	26-32	27-32	27-34
	11кл	29-36	20-23	30-34	23-27
4 – очень высокий	9 кл	более 33	более 30	более 31	более 32
	10 кл	более 33	более 32	более 33	более 34
	11 кл	более 36	более 23	более 34	более 27
5- «чрезмерное» спокойствие	9 кл	меньше 7	меньше 5	меньше 11	меньше 4
	10 кл	меньше 4	меньше 3	меньше 6	-----
	11 кл	меньше 5	меньше 5	меньше 12	меньше 8