

Особенности тревожности школьников во взаимосвязи с психологической безопасностью образовательной среды

Иванова А.О.

Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-1403-392X>, e-mail: anastasiaizmir@yandex.ru

Степанова О.С.

Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5036-5202>, e-mail: palmara@rambler.ru

Изучаются особенности взаимосвязи школьной тревожности и факторов психологической безопасности образовательной среды. **Испытуемые:** 40 человек. 1-я группа — 20 мальчиков, средний возраст 14 лет. 2-я группа — 20 девочек, средний возраст 14 лет. **Методы:** методика диагностики школьной тревожности Р. Филлипса, «Шкала личностной тревожности для учащихся 10–16 лет» А.М. Прихожан, опросник «Психологическая безопасность образовательной среды (ПБОС)» Г.С. Кожухарь и В.В. Коврова, U-критерий Манна-Уитни, корреляционный анализ при помощи коэффициента корреляции Спирмена. **Результаты:** сравнительный анализ показал, что переживание социального стресса и самооценочная тревожность более выражены в группе девочек. Достоверные различия не были выявлены в уровнях психологической безопасности образовательной среды. Корреляционный анализ демонстрирует взаимосвязь межличностной, школьной и самооценочной тревожности с факторами психологической безопасности образовательной среды. Выводы: уровень тревожности негативно связан с удовлетворенностью образовательной средой; в свою очередь, это ведет к увеличению проблем и страхов во взаимоотношениях с учителем и к сложностям самовыражения (у мальчиков). У девочек уровень тревожности также отрицательно связан с удовлетворенностью образовательной средой, и проявляется это в страхе проверки знаний и социальном стрессе. Существует гендерно-зависимая корреляция между тревожностью школьников и показателями психологической безопасности образовательной среды. Для преодоления проблем, связанных с повышением уровня тревожности у школьников, необходимо обеспечивать высокий уровень безопасности образовательной среды.

Ключевые слова: тревожность школьников, психологическая безопасность, подростковый возраст, младшие школьники.

Иванова А.О., Степанова О.С.
Особенности тревожности школьников во
взаимосвязи с психологической безопасностью
образовательной среды
Экстремальная психология и безопасность
личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
Features of anxiety of schoolchildren in relation to
psychological safety of the educational environment
Extreme Psychology and Personal Safety.
2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

Благодарности. Авторы благодарят за помощь в проведении исследования профессора Татьяну Николаевну Березину.

Для цитаты: *Иванова А.О., Степанова О.С.* Особенности тревожности школьников во взаимосвязи с психологической безопасностью образовательной среды [Электронный ресурс] // Экстремальная психология и безопасность личности. 2024. Том 1, № 3. С. 20–35. DOI:10.17759/epps.2024010302

Features of anxiety of schoolchildren in relation to psychological safety of the educational environment

Anastasia O. Ivanova

Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia,
ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-1403-392X>, e-mail: anastasiaizmir@yandex.ru

Olesya S. Stepanova

Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia,
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5036-5202>, e-mail: palmara@rambler.ru

This study aims to investigate the relationship between school anxiety and factors of psychological safety of the educational environment. **Test subjects:** 40 people. Group 1 — 20 boys, average age: 14 years. Group 2 — 20 girls, average age: 14 years. **Methods:** School Anxiety Diagnostic Method by R. Phillips, ‘Personal Anxiety Scale for students 10—16 years old’ by A. M. Prikhozhan, Questionnaire ‘Psychological Safety of Educational Environment (PSE)’ by G. S. Kozhukhar, V. V. Kovrov, Mann-Whitney U-criterion, correlation analysis using Spearman correlation coefficient. **Results:** comparative analysis showed that the experience of social stress and self-esteem anxiety are more pronounced in the group of girls. Significant differences were not found in the levels of psychological safety of the educational environment. Correlation analysis demonstrates the relationship of interpersonal, school and self-esteem anxiety with the factors of psychological safety of the educational environment. **Conclusions:** the level of anxiety is negatively associated with satisfaction with the educational environment, in turn, this leads to an increase in problems and fears in relationships with the teacher, with difficulties in self-expression (in boys). In girls, the level of anxiety is also negatively associated with satisfaction with the educational environment and this is manifested in fear of knowledge testing and social stress. There is a gender-dependent correlation between schoolchildren's anxiety and indicators of psychological safety of the educational environment. In order to overcome the problems associated with the increase in the level of anxiety among schoolchildren, it is necessary to ensure a high level of safety of the educational environment.

Иванова А.О., Степанова О.С.
Особенности тревожности школьников во
взаимосвязи с психологической безопасностью
образовательной среды
Экстремальная психология и безопасность
личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
Features of anxiety of schoolchildren in relation to
psychological safety of the educational environment
Extreme Psychology and Personal Safety.
2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

Keywords: schoolchildren's anxiety, psychological safety, adolescence, younger schoolchildren.

Acknowledgements. The authors thank Professor T. N. Berezina for assistance in conducting the research.

For citation: Ivanova A. O., Stepanova O.S. Features of Anxiety of Schoolchildren in Relation to Psychological Safety of the Educational Environment. *Ekstremal'naya psikhologiya i bezopasnost' lichnosti = Extreme Psychology and Personal Safety*, 2024. Vol. 1. No. 3, P. 20–35. DOI:10.17759/epps.2024010302 (In Russ.).

Введение

Повышенная тревожность школьников — очень острая и актуальная проблема современности, которая требует особого внимания. Большое количество факторов в настоящее время способствуют формированию повышенной тревожности, например: семейное воспитание, личностные особенности, эмоциональный опыт, школьная среда [1]. Не так давно появился термин «психологическая безопасность образовательной среды», который подразумевает создание безопасных условий труда и обучения субъектов образовательной среды. Уровень тревожности школьников зачастую зависит от атмосферы в школе и классе. Детская психика неустойчива к буллингу, дискриминации. Очень важно создать для ребенка необходимые условия обучения и взаимодействия в образовательной среде. Ощущение тревоги со временем переходит в устойчивое образование и становится свойством личности — тревожностью. Снижение уровня психологического и физического насилия становится приоритетом в создании комфортной, психологически безопасной образовательной среды. Обеспечение учителем необходимых условий для развития личности ребенка способствует получению опыта положительных эмоций, актуализации его резервных возможностей, повышению самооценки и уверенности в себе. Данная проблема широко исследуется в современном мире, однако развитие информационных технологий вносит свои коррективы в образовательный процесс, появляются новые факторы, способствующие снижению уровня психологической безопасности и повышению уровня тревожности школьников, поэтому данная проблема остается актуальной по сей день.

Обзор литературы

В последние годы количество школьников, страдающих теми или иными формами тревожных расстройств, увеличилось. Тревожность является одной из наиболее распространенных психологических проблем, с которыми сталкиваются как дети младшего возраста, так и подростки. Как показывают исследования, дети младшего школьного возраста испытывают волнение в учебных ситуациях [12]. Исследование факторов возникновения тревожности младших школьников показало их разнообразие. Установлено, что чаще всего возникновение тревожности у младших школьников провоцируют особенности восприятия ребенком себя, полученный негативный эмоциональный опыт, специфика семейного воспитания и общение с родителями, школьная успешность, характер

взаимоотношения с учителями, сверстниками. Тревожность — это сложное эмоциональное состояние, которое возникает из комбинации базовых эмоций: гнева, страха, вины и возбуждения [10]. Исследования показали, что у школьников наблюдается повышенный уровень школьной и межличностной тревожности, связанной с успеваемостью и отношениями с учителями и одноклассниками. При этом их уровень самооценочной тревожности находится в пределах нормы [5].

Повышенная тревожность, особенно в период перехода в среднюю школу, может негативно сказываться на психическом развитии ребенка. Он может испытывать трудности с запоминанием информации, концентрацией внимания, становиться неусидчивым и рассеянным. Это, в свою очередь, приводит к потере интереса к учебе, конфликтам с одноклассниками, игнорированию учителей и напряженным отношениям с родителями. Сама смена школы и переход в новую среду являются факторами, которые могут спровоцировать развитие тревожности у ребенка [11]. Уникальность ситуации проявляется в изменениях не только во взаимодействии детей и педагогов, но и организационного характера. Особое внимание следует уделить тревожности как отрицательному эмоциональному состоянию у ребенка, поскольку это влияет не только на его общую работоспособность, но и на эффективность его деятельности. В основе высокой степени тревожности лежит совокупность многих факторов: это эмоции, которые влияют на формирование социальных отношений, состояние здоровья школьника, его перцептивные, интеллектуальные и поведенческие функции. Высокий уровень тревожности может негативно сказаться на развитии самооценки школьника, его способностей к обучению и социальной значимости [9]. Также ряд исследований показывает, что девочки более склонны к развитию тревожных расстройств, чем мальчики [13].

Создание безопасных условий образовательной среды является важным фактором снижения уровня тревожности обучающихся. Школьники должны ощущать защищенность от физического, психологического и социально-педагогического воздействия [3].

Подростковый возраст и проблемы, возникающие в подростковом возрасте, являются и, скорее всего, будут оставаться важной областью исследований для ученых. Этот возраст является одним из наиболее важных этапов жизненного цикла человека, на котором часто возникают депрессия, гнев, конфликты и тревоги. Тревожность сопровождается чувством недовольства, волнения, переживанием, подросток начинает воспринимать нейтральные ситуации как опасные или угрожающие [4]. В этот период ломаются и перестраиваются прежние отношения ребенка к самому себе, а источником повышенной тревожности является внутренний конфликт, который может быть обусловлен внутренними и внешними факторами. К внутренним факторам относятся личностные особенности подростка, а к внешним — стремление соответствовать требованиям окружающих. Наиболее уязвимы лица с высоким уровнем личностной тревожности. При этом стоит помнить, что личностная тревожность является более распространенным психологическим состоянием, которое иногда может выступать в качестве защитного элемента от потенциально опасных ситуаций, а долговременная тревога может вызывать психологический стресс, который влияет на жизнедеятельность человека [2].

Многие исследования показывают, что девушки-подростки имеют более высокие

Иванова А.О., Степанова О.С.
Особенности тревожности школьников во
взаимосвязи с психологической безопасностью
образовательной среды
Экстремальная психология и безопасность
личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
Features of anxiety of schoolchildren in relation to
psychological safety of the educational environment
Extreme Psychology and Personal Safety.
2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

показатели личностной тревожности, чем юноши-подростки [10]. Кроме того, было обнаружено, что пол является значимым предиктором личностной тревожности. Причина этой разницы может заключаться в том, что девушки-подростки более склонны к самокритике, имеют повышенную восприимчивость к конфликтам со сверстниками по сравнению с юношами-подростками, тогда как юноши-подростки чувствуют себя более общительными, открытыми и раскрепощенными в образовательной среде [14].

Хорошо развитые социальные связи, которые подростки могут построить с друзьями, одноклассниками, учителями и семьей, способствуют их успешной социализации. Благодаря этому они чувствуют себя более компетентно, раскрывают свой потенциал и обретают уверенность в себе [7].

Организация исследования

Цель: оценить взаимосвязь тревожности школьников и психологической безопасности образовательной среды.

Гипотеза: существует взаимосвязь тревожности школьников с показателями психологической безопасности образовательной среды, которая зависит от пола.

Методы исследования

1) Методика диагностики школьной тревожности Р. Филлипса направлена на оценку уровня тревожности и характера ее происхождения в рамках образовательной среды у обучающихся младшего и среднего школьного возраста. Методика содержит восемь шкал, по каждой из которых в отдельности учитывается количество несовпадений. Факторы тревожности по методике Филлипса включают в себя общую тревожность в школе, переживания социального стресса, фрустрацию потребности в достижении успеха, страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, низкую физиологическую сопротивляемость стрессу, проблемы и страхи в отношениях с педагогами.

2) «Шкала личностной тревожности для учащихся 10–16 лет» А.М. Прихожан. Данная методика была разработана на основе «Шкалы социально-ситуационного страха, тревоги» О. Кондаша. Методика показывает уровень общей тревожности, школьной тревожности, самооценочной тревожности, межличностной тревожности, магической тревожности.

3) Опросник «Психологическая безопасность образовательной среды (ПБОС)». Он разработан Г.С. Кожухарь и В.В. Ковровым для изучения психологической безопасности подростков в школьной среде. Опросник включает в себя ряд вопросов, направленных на выявление уровня комфортности и безопасности учащихся в школе, их отношения к учителям, одноклассникам, а также общей атмосферы в учебном заведении. Опросник ПБОС имеет три блока по шесть вопросов и шкалы: психологическая защищенность, психологическая комфортность, психологическая удовлетворенность образовательной средой.

4) Вычисление статистического U-критерия Манна-Уитни для двух групп.

5) Корреляционный анализ при помощи коэффициента корреляции Спирмена.

Эмпирическая база. Были взяты две группы обучающихся: мальчики и девочки, давшие

Иванова А.О., Степанова О.С.
 Особенности тревожности школьников во
 взаимосвязи с психологической безопасностью
 образовательной среды
 Экстремальная психология и безопасность
 личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
 Features of anxiety of schoolchildren in relation to
 psychological safety of the educational environment
 Extreme Psychology and Personal Safety.
 2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

добровольное и осознанное согласие на участие в исследовании.

Испытуемые: 40 человек. 1-я группа — 20 мальчиков, средний возраст 14 лет. 2-я группа — 20 девочек, средний возраст 14 лет.

Исследование проводилось в апреле 2024 года.

Результаты исследования

Мы провели сравнительный анализ факторов тревожности по методике школьной тревожности Филлипса обучающихся двух групп.

Результаты представлены в табл. 1.

Таблица 1

Показатели уровня тревожности у девочек и мальчиков

| Шкалы | Среднее значение | | У-критерий Манна-Уитни | Уровень значимости, p |
|---|------------------|----------------|------------------------|-----------------------|
| | Группа мальчиков | Группа девочек | | |
| Общая тревожность в школе | 13,9±3,46 | 14,2±2,60 | 189 | - |
| Переживание социального стресса | 6,6±3,59 | 9±2,54 | 110 | 0,01 |
| Фрустрация потребности в достижении успеха | 6,1±3,93 | 6,2±3,19 | 186,5 | - |
| Страх самовыражения | 3,5±2,32 | 3,2±2,01 | 181 | - |
| Страх ситуации проверки знаний | 3,5±1,76 | 3,3±1,98 | 195 | - |
| Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | 3,3±1,44 | 3,9±1,71 | 147 | - |
| Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | 3±1,44 | 2,9±1,37 | 199 | - |
| Проблемы и страхи в отношениях с учителями | 4±1,90 | 4,2±1,92 | 197 | - |

Как видно из табл. 1, существует достоверное различие по показателю «Переживание социального стресса». По остальным компонентам (общая тревожность в школе, фрустрация потребности в достижении успеха, страх самовыражения, страх ситуации

Иванова А.О., Степанова О.С.
Особенности тревожности школьников во
взаимосвязи с психологической безопасностью
образовательной среды
Экстремальная психология и безопасность
личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
Features of anxiety of schoolchildren in relation to
psychological safety of the educational environment
Extreme Psychology and Personal Safety.
2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

проверки знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, проблемы и страхи в отношениях с учителями) различий не обнаружено.

В табл. 2 мы представили сравнительный анализ показателей тревожности по опроснику «Шкала личностной тревожности для учащихся 10–16 лет» А.М. Прихожан.

Таблица 2

Показатели уровня тревожности у девочек и мальчиков

| Шкалы | Среднее значение | | U-критерий Манна-Уитни | Уровень значимости, р |
|------------------------------|------------------|----------------|---------------------------|--------------------------|
| | Группа мальчиков | Группа девочек | | |
| Шкала личностной тревожности | 6,3±1,51 | 5,7±1,49 | 156 | - |
| Школьная | 6,5±1,14 | 6,9±1,03 | 159,5 | - |
| Самооценочная | 6,3±0,97 | 7±0,94 | 118,5 | 0,02 |
| Межличностная | 5,2±1,39 | 4,8±1,49 | 165 | - |
| Магическая | 5,3±1,29 | 5,9±1,63 | 184 | - |

Согласно показателям в табл. 2, существуют достоверные различия по показателю «Самооценочная тревожность». По остальным компонентам (шкала личностной тревожности, школьная тревожность, межличностная тревожность, магическая тревожность) различий не обнаружено.

В табл. 3 мы представили сравнительный анализ показателей психологической безопасности образовательной среды (опросник Г.С. Кожухарь и В.В. Коврова).

Таблица 3

Показатели психологической безопасности образовательной среды с точки зрения подростков у девочек и мальчиков

| Шкалы | Среднее значение | | U-критерий Манна-Уитни | Уровень значимости, р |
|--|------------------|----------------|---------------------------|-----------------------|
| | Группа мальчиков | Группа девочек | | |
| Психологическая защищенность | 8,5±2,91 | 7,7±2,60 | 163,5 | - |
| Психологическая комфортность | 16,2±2,92 | 16,1±3,28 | 192,5 | - |
| Психологическая удовлетворенность образовательной средой | 19,2±2,03 | 19±2,77 | 199 | - |

Как видно из табл. 3, достоверные различия не были выявлены в уровнях психологической безопасности образовательной среды.

В табл. 4 мы представили значимые корреляционные связи между тревожностью и ее факторами и психологической безопасностью в группе мальчиков.

Таблица 4

Значимые корреляционные связи между тревожностью и ее факторами и психологической безопасностью в группе мальчиков

| Связанные пары показателей | Коэффициент корреляции | Уровень значимости, р |
|--|------------------------|-----------------------|
| Школьная тревожность и психологическая защищенность | -0,54 | 0,05 |
| Межличностная тревожность и психологическая защищенность | -0,48 | 0,05 |
| Проблемы и страхи в отношениях с учителями и психологическая комфортность | -0,67 | 0,01 |
| Страх самовыражения и психологическая удовлетворенность образовательной средой | -0,49 | 0,05 |
| Самооценочная тревожность и психологическая удовлетворенность образовательной средой | -0,48 | 0,05 |

Как видно из табл. 4, существует пять достоверных корреляционных связей в группе мальчиков:

- между школьной тревожностью и психологической защищенностью, отрицательная взаимосвязь, коэффициент корреляции равен -0,54 ($p < 0,05$);
- между межличностной тревожностью и психологической защищенностью, отрицательная взаимосвязь, коэффициент корреляции равен -0,48 ($p < 0,05$);
- между проблемами и страхами в отношениях с учителями и психологической комфортностью, отрицательная взаимосвязь, коэффициент корреляции равен -0,67 ($p < 0,01$);
- между страхом самовыражения и психологической удовлетворенностью образовательной средой, отрицательная взаимосвязь, коэффициент корреляции равен -0,49 ($p < 0,05$);
- между самооценочной тревожностью и психологической удовлетворенностью образовательной средой, отрицательная взаимосвязь, коэффициент корреляции равен -0,48 ($p < 0,05$).

В табл. 5 мы представили значимые корреляционные связи между тревожностью и ее факторами и психологической безопасностью в группе девочек.

Таблица 5
Значимые корреляционные связи между тревожностью и ее факторами и психологической безопасностью в группе девочек

| Связанные пары показателей | Коэффициент корреляции | Уровень значимости, р |
|--|------------------------|-----------------------|
| Переживание социального стресса и психологическая защищенность | -0,60 | 0,01 |
| Самооценочная тревожность и психологическая комфортность | -0,50 | 0,05 |
| Переживание социального стресса и психологическая удовлетворенность образовательной средой | -0,53 | 0,05 |
| Страх проверки знаний и психологическая удовлетворенность образовательной средой | -0,49 | 0,05 |

Как явствует из табл. 5, существует четыре достоверные корреляционные связи в группе девочек:

- между переживанием социального стресса и психологической защищенностью, отрицательная взаимосвязь, коэффициент корреляции равен -0,60 ($p < 0,01$);
- между самооценочной тревожностью и психологической комфортностью, отрицательная взаимосвязь, коэффициент корреляции равен -0,50 ($p < 0,05$);
- между переживанием социального стресса и психологической удовлетворенностью образовательной средой, отрицательная взаимосвязь, коэффициент корреляции равен -0,53 ($p < 0,05$);
- между страхом проверки знаний и психологической удовлетворенностью образовательной средой, отрицательная взаимосвязь, коэффициент корреляции равен -0,49 ($p < 0,05$).

Обсуждение результатов

Сравнительный анализ показателей тревожности по методике школьной тревожности Филлипса обучающихся двух групп указывает на то, что существует достоверное различие по показателю «Переживание социального стресса». Можно предположить, что девочки более чувствительно воспринимают конфликты и разногласия со сверстниками.

Сравнительный анализ факторов тревожности по методике «Шкала личностной тревожности для учащихся 10–16 лет» А.М. Прихожан показал, что существует достоверное различие по показателю «Самооценочная тревожность». Данное различие указывает на то, что уровень самооценочной тревожности у девочек выше, чем у мальчиков. Можно предположить, что девочки более ранимы и восприимчивы. Данный уровень

тревоги вызван оценкой своей внешности и возможностей по сравнению со сверстниками.

Сравнительный анализ показателей психологической безопасности образовательной среды с точки зрения подростков у девочек и мальчиков по опроснику Г.С. Кожухарь и В.В. Коврова демонстрирует, что достоверные различия не были выявлены в уровнях психологической безопасности образовательной среды.

При помощи корреляционного анализа мы выявили значимые корреляционные связи между тревожностью и ее факторами и психологической безопасностью.

Корреляционные связи в группе мальчиков существуют:

- между школьной тревожностью и психологической защищенностью, отрицательная взаимосвязь. Следовательно, чем выше школьная тревожность у обучающихся, тем ниже ощущается психологическая безопасность в образовательной среде;

- между межличностной тревожностью и психологической защищенностью, отрицательная взаимосвязь. Таким образом, чем более выражена межличностная тревожность у школьника, тем меньше ощущение психологической безопасности;

- между проблемами и страхами в отношениях с учителями и психологической комфортностью, отрицательная взаимосвязь. Таким образом, чем более выражены проблемы и страхи в отношениях с учителями, тем ниже ощущение спокойствия, защищенности и комфорта у подростков;

- между страхом самовыражения и психологической удовлетворенностью образовательной средой, отрицательная взаимосвязь. Тем самым, при повышенном страхе самовыражения, когда подросток боится заявлять о себе, боится высказывать свое мнение, у него снижается чувство общности, принадлежности к своей группе, осознание себя человеком равноправным, ценным, имеющим свою точку зрения;

- между самооценочной тревожностью и психологической удовлетворенностью образовательной средой, отрицательная взаимосвязь. Вывод: чем выше самооценочная тревожность школьника, тем меньше чувство принадлежности к коллективу, осознание себя как равноправного и ценного индивида, обладающего собственной точкой зрения.

Корреляционные связи в группе девочек существуют:

- между переживанием социального стресса и психологической защищенностью, отрицательная взаимосвязь. Следовательно, чем выше у подростка уровень социального стресса, чем больше он переживает из-за отношений с одноклассниками, тем ниже ощущается психологическая безопасность в образовательной среде;

- между самооценочной тревожностью и психологической комфортностью, отрицательная взаимосвязь. Таким образом, высокий уровень тревожности у подростка по поводу оценки себя, своей внешности, собственных достижений и возможностей говорит о низком уровне психологической комфортности в образовательной среде;

- между переживанием социального стресса и психологической удовлетворенностью образовательной средой, отрицательная взаимосвязь. Следовательно, чем выше у подростка уровень социального стресса, чем больше он беспокоится из-за отношений с одноклассниками, тем менее он удовлетворен образовательной средой.

- между страхом проверки знаний и психологической удовлетворенностью образовательной средой, отрицательная взаимосвязь. Можно утверждать, что высокий уровень страха школьника перед проверкой знаний, ответом у доски снижает уровень психологической удовлетворенности образовательной средой.

Данное исследование показывает непосредственную взаимосвязь между школьной тревожностью и психологической безопасностью образовательной среды. В своем исследовании О.Ю. Камакина и П.В. Кузнецова также приходят к выводу о том, что к индивидуальным характеристикам тревожности среди школьников в подростковом возрасте можно отнести более высокие результаты по следующим параметрам: переживание социального стресса, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, страх самовыражения [8]. Е.А. Дёмина отмечает, что неблагополучие в образовательной среде касается не только младших школьников, но и обучающихся среднего звена. Чувство удовлетворенности, ощущение безопасности и понимание важности образовательной среды для обучающегося считается основными показателями психологического комфорта. Автор выделяет три основные угрозы психологической безопасности образовательной среды:

1. Психологическое насилие, что включает в себя буллинг со стороны одноклассников или предвзятое отношение со стороны педагога (занижение оценок, унижение перед классом).

2. Неудовлетворенность основных потребностей в личностно-доверительном общении, а именно отсутствие дружеской коммуникации, которая приводит к формированию высокого уровня тревожности.

3. Отсутствие референтной значимости образовательной среды [3].

А.Е. Попкова в своем исследовании делает вывод, что уровень личностной тревожности у подростков женского пола превышает уровень ситуативной тревоги, в то время как у подростков мужского пола наблюдается противоположная тенденция. Это указывает на то, что девочки склонны рассматривать множество обычных ситуаций как потенциально опасные, в то время как мальчики чаще переживают стресс, нервозность и волнение как эмоциональные реакции на стрессовые явления [10].

Проблема школьной тревожности является актуальной во всем мире. Так, ученые турецкого университета описывают большую значимость образовательной среды в вопросе школьной тревожности. Крепкие дружеские связи, поддержка друзей и семьи в подростковом возрасте помогают учащимся социализироваться, раскрывать свои таланты, чувствовать себя защищено и уверенно. Также исследование показало, что уровень тревожности у подростков женского пола выше, чем у подростков мужского пола [14].

Обеспечение благоприятной образовательной среды для школьника — это основа его успешного развития. Взаимодействие с преподавателями и одноклассниками и образовательный процесс в целом должны проходить в комфортных условиях, способствующих раскрытию возможностей обучающихся. Постоянная тревога, испытываемая ребенком, со временем может перерасти в устойчивую черту характера — тревожность [6]. Поэтому создание безопасной и комфортной атмосферы в

Иванова А.О., Степанова О.С.
Особенности тревожности школьников во
взаимосвязи с психологической безопасностью
образовательной среды
Экстремальная психология и безопасность
личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
Features of anxiety of schoolchildren in relation to
psychological safety of the educational environment
Extreme Psychology and Personal Safety.
2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

образовательной среде, свободной от насилия, как физического, так и психологического, становится первостепенной задачей.

Заключение

За последние десять лет наблюдается повышенный интерес к исследованию тревожности у школьников. Это обусловлено тем, что повышенный уровень тревожности негативно сказывается на различных аспектах психического состояния детей, включая когнитивные функции, социальные взаимодействия, морально-волевые качества и эмоционально-аффективные реакции.

Существует гендерно-зависимая корреляция между тревожностью школьников и показателями психологической безопасности образовательной среды. У девочек преобладает корреляция между характеристиками социального стресса и удовлетворенностью образовательной средой, при этом с ростом социального стресса удовлетворенность образовательной средой и оценка безопасности снижаются. Для мальчиков преобладает корреляция между показателями проблем и страхов в отношениях с учителями и психологическим комфортом; чем более выражены проблемы и страхи в отношениях с учителями, тем ниже ощущение спокойствия и безопасности.

Перспективы исследования. Существенным становится создание системы психологической поддержки и педагогического сопровождения для обучающихся всех возрастных категорий. Ключевым аспектом в решении данной проблемы является не только коррекция тревожных состояний, но и предотвращение факторов, способствующих их возникновению. Учитывая, что проблема тревожности среди школьников имеет множество причин, система мер должна быть комплексной: включать изменения в государственной политике, оптимизацию работы образовательных учреждений, а также индивидуальные подходы к каждому ребенку и его семье. Таким образом, целенаправленный и многосторонний подход поможет создать более комфортные условия для эмоционального развития школьников. Для преодоления проблем, связанных с повышением уровня тревожности у школьников, особенно важным является психолого-педагогическое сопровождение учебного процесса для обеспечения должного уровня безопасности образовательной среды.

Литература

1. Бартош О.П., Семенюк Т.И. Особенности тревожности у подростков, проживающих на Крайнем Севере и юге России // Вестник психофизиологии. 2024. № 1. С. 81–85. DOI:10.34985/i3956-5901-0521-у
2. Бердникова И.Н. Теоретический взгляд на отношения подростков с родителями как фактор тревожности у подростков // Российская наука и образование сегодня: проблемы и перспективы. 2021. № 4 (41). С. 49–52.
3. Дёмина Е.А. Нарушения психологической безопасности в образовательной организации как фактор формирования тревожности у подростков // Материалы международной научно-практической конференции «Психологически безопасная образовательная среда: проблемы

Иванова А.О., Степанова О.С.
Особенности тревожности школьников во
взаимосвязи с психологической безопасностью
образовательной среды
Экстремальная психология и безопасность
личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
Features of anxiety of schoolchildren in relation to
psychological safety of the educational environment
Extreme Psychology and Personal Safety.
2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

проектирования и перспективы развития» (г. Тула, 10–11 октября 2019 г.). Тула: Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого, 2019. С. 288–289.

4. *Джабраилова М.М., Далгатова М.М.* Психологическая характеристика агрессивности и тревожности у подростков из семей с разным социальным статусом // Проблемы современного педагогического образования. 2022. № 75-2. С. 368–372.

5. *Жарких Н.Г., Сазонова М.А.* Психологическое сопровождение тревожности младших школьников // Материалы X международной научно-практической конференции «Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса: проблемы, перспективы, технологии» (г. Орел, 30–31 марта 2023 г.). Орел: Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева, 2023. С. 159–164.

6. *Изотова Е.Г.* Особенности тревожности младших школьников при переходе от начального к основному общему образованию // Проблемы современного педагогического образования. 2022. № 74-4. С. 278–281.

7. Исследование уровня тревожности подростков / Е.В. Царева, Ю.Д. Микулец, Е.С. Чапанова // Проблемы современного педагогического образования. 2023. № 81-3. С. 370–373.

8. *Камакина О.Ю., Кузнецова П.В.* Особенности школьной тревожности обучающихся подросткового и юношеского возрастов // Научный поиск: сб. статей. Ярославль: Общество с ограниченной ответственностью «Филигрань». 2023. С. 104–107.

9. *Князева А.А.* Проявление тревожности у младших школьников при переходе в основную школу // Материалы международной научно-практической конференции «Становление психологии и педагогики как междисциплинарных наук» (г. Самара, 29 апреля 2024 г.). Стерлитамак: Общество с ограниченной ответственностью «Агентство международных исследований», 2024. С. 43–52.

10. *Попкова А.Е.* Психологические особенности проявления школьной тревожности у подростков // Материалы VI Всероссийской молодежной конференции «Педагог-профессионал в школе будущего» (г. Элиста, 20 апреля 2023 г.). Элиста: Калмыцкий государственный университет имени Б.Б. Городовикова, 2023. С. 202–206.

11. *Сулимова А.М., Сулимова А.В., Лобанова Н.А.* Изучение школьной тревожности у учащихся 4 класса при переходе в среднее звено // Тенденции развития науки и образования. 2023. № 102-1. С. 161–163. DOI:10.18411/trnio-10-2023-47

12. *Темникова Е.Ю., Мамедова С.Б.* Описание методик и результатов диагностики школьной тревожности младшего школьника // Человек. Социум. Общество. 2023. № 7. С. 54–68.

13. *Чучалина Т.В.* Сравнительный анализ тревожности у мальчиков и девочек // Материалы национальной научно-практической конференции «Личностное развитие: социокультурные и образовательные аспекты» (г. Новокузнецк, 01–31 октября 2022 г.). Новокузнецк: Кузбасский гуманитарно-педагогический институт федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кемеровский государственный университет», 2022. С. 435–440.

14. *Celikkaleli O., Demir S.* Anxiety in High School Adolescents by Gender: Friend Attachment, Ineffective Coping with Stress, and Gender in Predicting Anxiety // Educational Process

Иванова А.О., Степанова О.С.
Особенности тревожности школьников во
взаимосвязи с психологической безопасностью
образовательной среды
Экстремальная психология и безопасность
личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
Features of anxiety of schoolchildren in relation to
psychological safety of the educational environment
Extreme Psychology and Personal Safety.
2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

International Journal. 2022. Vol. 11 (3). DOI:10.22521/edupij.2022.113.2

References

1. Bartosh O.P., Semenyuk T.I. Osobennosti trevozhnosti u podrostkov, prozhivayushchikh na Krainem Severe i yuge Rossii [Features of anxiety in adolescents living in the far north and south of Russia]. *Vestnik psikhofiziologii = Psychophysiology News*. 2024. No. 1. P. 81—85. DOI:10.34985/i3956-5901-0521-y (In Russ.).
2. Berdnikova I.N. Teoreticheskii vzglyad na otnosheniya podrostkov s roditelyami kak faktor trevozhnosti u podrostkov [A theoretical perspective on adolescents' relationship with parents as a factor in adolescent anxiety]. *Rossiiskaya nauka i obrazovanie segodnya: problemy i perspektivy = Russian Science and Education Today: Problems and Prospects*. 2021. No. 4 (41). P. 49—52. (In Russ.).
3. Demina E.A. Narusheniya psikhologicheskoi bezopasnosti v obrazovatel'noi organizatsii kak faktor formirovaniya trevozhnosti u podrostkov [Violations of psychological safety in an educational organisation as a factor in the formation of anxiety in adolescents]. Materialy mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii “Psikhologicheski bezopasnaya obrazovatel'naya sreda: problemy proektirovaniya i perspektivy razvitiya” (g. Tula, 10—11 oktyabrya 2019 g.). [Proceedings of the International Scientific and Practical Conference "Psychologically Safe Educational Environment: Design Problems and Development Prospects"]. Tula: Publ. Tul'skii gosudarstvennyi pedagogicheskii universitet im. L.N. Tolstogo, 2019. P. 288—289. (In Russ.).
4. Dzhabrailova M.M., Dalgatov M.M. Psikhologicheskaya kharakteristika agressivnosti i trevozhnosti u podrostkov iz semei s raznym sotsial'nym statusom [Psychological characteristics of aggression and anxiety in adolescents from families with different social statuses]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya = Problems of modern pedagogical education*. 2022. No. 75-2. P. 368—372. (In Russ.).
5. Zharkikh N.G., Sazonova M.A. Psikhologicheskoe soprovozhdenie trevozhnosti mladshikh shkol'nikov [Psychological support of anxiety of younger schoolchildren]. Materialy Desyatoi mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii “Psikhologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie obrazovatel'nogo protsessa: problemy, perspektivy, tekhnologii” (g. Orel, 30—31 marta 2023 g.) [Proceedings of the Tenth international scientific-practical conference “Psychological and pedagogical support of the educational process: problems, prospects, technologies”] Orel: Publ. Orlovskii gosudarstvennyi universitet im. I.S. Turgeneva. 2023. P. 159—164. (In Russ.).
6. Izotova E.G. Osobennosti trevozhnosti mladshikh shkol'nikov pri perekhode ot nachal'nogo k osnovnomu obshchemu obrazovaniyu [Peculiarities of anxiety of junior schoolchildren at transition from primary to basic general education]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya = Problems of modern pedagogical education*. 2022. No. 74-4. P. 278—281. (In Russ.).
7. Tsareva E.V., Mikulets Yu.D., Chapanova E.S. Issledovanie urovnya trevozhnosti podrostkov [Study of the level of anxiety in adolescents]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya = Problems of modern pedagogical education*. 2023. No. 81-3,

Иванова А.О., Степанова О.С.
Особенности тревожности школьников во
взаимосвязи с психологической безопасностью
образовательной среды
Экстремальная психология и безопасность
личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
Features of anxiety of schoolchildren in relation to
psychological safety of the educational environment
Extreme Psychology and Personal Safety.
2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

P. 370—373. (In Russ.).

8. Kamakina O.Yu., Kuznetsova P.V. Osobennosti shkol'noi trevozhnosti obuchayushchikhsya podrostkovogo i yunosheskogo vozrastov [Features of school anxiety in adolescent and young adult students] In Nauchnyi poisk: sb. statei [Scientific search]. Yaroslavl': Obshchestvo s ogranichennoi otvetstvennost'yu "Filigran". 2023. P. 104—107. (In Russ.).

9. Knyazeva A.A. Proyavlenie trevozhnosti u mladshikh shkol'nikov pri perekhode v osnovnyuyu shkolu [Manifestation of anxiety in junior schoolchildren at the transition to basic school]. Materialy mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii "Stanovlenie psikhologii i pedagogiki kak mezhdistsiplinarnykh nauk" (g. Samara, 29 aprelya 2024 g.) [Proceedings of the International Scientific and Practical Conference "Becoming of Psychology and Pedagogy as Interdisciplinary Sciences"]. Sterlitamak: Publ. Obshchestvo s ogranichennoy otvetstvennost'yu "Agentstvo mezhdunarodnykh issledovaniy". 2024. P. 43—52. (In Russ.).

10. Popkova A.E. Psikhologicheskie osobennosti proyavleniya shkol'noi trevozhnosti u podrostkov [Psychological features of the manifestation of school anxiety in adolescents]. Materialy Shestoi Vserossiiskoi molodezhnoi konferentsii "Pedagog-professional v shkole budushchego" (g. Elista, 20 aprelya 2023 g.) [Proceedings of the Sixth All-Russian Youth Conference "Pedagogue-Professional in the School of the Future"]. Elista: Publ. Kalmytskii gosudarstvennyi universitet imeni B. B. Gorodovikova, 2023. P. 202—206. (In Russ.).

11. Sulimova A.M., Sulimova A.V., Lobanova N.A. Izuchenie shkol'noi trevozhnosti u uchashchikhsya 4 klassa pri perekhode v srednee zveno [Study of school anxiety in 4th grade students in transition to secondary school]. *Tendentsii razvitiya nauki i obrazovaniya = Trends in the development of science and education*. 2023. No. 102-1. P. 161—163. DOI:10.18411/trnio-10-2023-47 (In Russ.).

12. Temnikova E.Yu., Mamedova S.B. Opisanie metodik i rezul'tatov diagnostiki shkol'noi trevozhnosti mladshhego shkol'nika [Description of methods and results of diagnostics of school anxiety of a younger student]. *Chelovek. Sotsium. Obshchestvo = Man. Socium. Society*. 2023. No. 7. P. 54—68. (In Russ.).

13. Chuchalina T.V. Sravnitel'nyi analiz trevozhnosti u mal'chikov i devochek [Comparative analysis of anxiety in boys and girls]. Materialy natsional'noi nauchno-prakticheskoi konferentsii "Lichnostnoe razvitie: sotsiokul'turnye i obrazovatel'nye aspekty" (g. Novokuznetsk, 01–31 oktyabrya 2022 g.) [Proceedings of the National Scientific and Practical Conference "Personal Development: Socio-cultural and Educational Aspects"]. Novokuznetsk: Publ. Kuzbasskii gumanitarno-pedagogicheskii institut federal'nogo gosudarstvennogo byudzhethnogo obrazovatel'nogo uchrezhdeniya vysshego obrazovaniya "Kemerovskii gosudarstvennyi universitet". 2022. P. 435—440. (In Russ.).

14. Celikkaleli O., Demir S. Anxiety in High School Adolescents by Gender: Friend Attachment, Ineffective Coping with Stress, and Gender in Predicting Anxiety. *Educational*

Иванова А.О., Степанова О.С.
Особенности тревожности школьников во
взаимосвязи с психологической безопасностью
образовательной среды
Экстремальная психология и безопасность
личности. 2024. Том 1. № 3. С. 20–35.

Ivanova A.O., Stepanova O.S.
Features of anxiety of schoolchildren in relation to
psychological safety of the educational environment
Extreme Psychology and Personal Safety.
2024. Vol. 1, no. 3, pp. 20–35.

Process International Journal. 2022. Vol. 11 (3), DOI:10.22521/edupij.2022.113.2

Информация об авторах

Иванова Анастасия Олеговна — психолог, магистрант факультета экстремальной психологии Московского государственного психолого-педагогического университета (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-1403-392X>, e-mail: anastasiaizmir@yandex.ru

Степанова Олеся Сергеевна — психолог, магистрант факультета экстремальной психологии Московского государственного психолого-педагогического университета (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5036-5202>, e-mail: palmara@rambler.ru

Information about the authors

Anastasia O. Ivanova, psychologist, Master's student of the Faculty of Extreme Psychology of Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-1403-392X>, e-mail: anastasiaizmir@yandex.ru

Olesya S. Stepanova, psychologist, Master's student of the Faculty of Extreme Psychology of Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5036-5202>, e-mail: palmara@rambler.ru

Получена 29.07.2024
Принята в печать 30.09.2024

Received 29.07.2024
Accepted 30.09.2024