

# Эмпирическое исследование

## **ЕГЭ и ОГЭ как фактор проявления тревожности школьников**

**Е.Н. Уфимцева,**  
*Научный руководитель: Ю.М. Едиханова,  
канд. психол. наук, доцент,  
зав. кафедрой психологии развития  
и педагогической психологии ФГБОУ ВО  
«Шадринский государственный  
педагогический университет»,  
г. Шадринск*

**В статье рассмотрена проблема тревожности в процессе подготовки к ЕГЭ и ОГЭ, причины и последствия, а также приведён анализ эмпирического исследования по заявленной проблематике, которое было проведено на базе МКОУ «СОШ № 2» г. Шадринска.**

*Ключевые слова:* тревожность, школьники, эмоциональный фон, ЕГЭ, ОГЭ

На современном этапе развития общества становится острой проблема увеличения количества детей с нарушениями эмоционального фона. Многие исследования (А.М. Прихожан, Е.Н. Юрасова, Л.М. Костина, Н.Е. Аракелов, Е.К. Лютова, Г.Б. Моница др.) свидетельствуют об увеличении от года к году детей с высоким уровнем тревожности, которая затрудняет интеллектуальную деятельность в напряженных ситуациях и становится проблемой дальнейшей социализации школьников [1, с. 410].

Основной причиной проявления тревожности у подростков является ситуация сдачи ЕГЭ и ОГЭ. Ежегодно задания совершенствуются и ужесточаются, что не может не отразиться на учащихся [3, с. 49]. Экзамены — это

всегда огромное эмоциональное напряжение, и оно может привести к резкому снижению физического и психического состояния здоровья. Многие учащиеся попросту не могут показать свои истинные знания и умения в такой напряженной ситуации. Это приводит к возникновению тревожности [2, с. 121].

По данным исследований А.Д. Андреевой, значительным фактором, который вызывает отрицательные эмоции у подростков, на сегодняшний день остаётся школьная жизнь [1, с. 412]. Состояние тревоги присуще не только подросткам, которые учатся плохо, но и тем, кто хорошо знает данный предмет. Учащиеся, которые ответственно относятся к учебе, общественной жизни, школьной дисциплине, тем не менее имеют отрицательный эмоциональный фон. У таких школьников отмечаются выраженные вегетативные реакции, невротоподобные и психосоматические нарушения [4, с. 209].

Исходя из всего вышесказанного, следует отметить, что особенности проявления тревожности у подростков, именно в период сдачи ЕГЭ и ОГЭ, мало изучены в настоящее время. В соответствии с этим возникла необходимость данного исследования, которая определяется противоречиями между:

- данными об ужесточении ситуации ЕГЭ и ОГЭ и потребностью педагогики и психологии в научном обосновании её воздействия на повышение уровня тревожности у подростков;
- ограниченным объемом сведений об их взаимосвязи, о потенциальных возможностях проявления и последствиях у подростков особенностей тревожности, возникшей под воздействием ситуации ЕГЭ и ОГЭ.

Исследование проходило на базе МКОУ «СОШ № 2» г. Шадринска. Нами было обследовано 86 школьников 9 «А», 9 «Б», 9 «В» и 11-го классов.

При проведении исследования нами решались следующие задачи:

1. Изучить уровень тревожности школьников в процессе подготовки к ЕГЭ и ОГЭ;

2. Выяснить существуют ли различия в проявлении тревожности между классами.

Для решения первой задачи нами были использованы следующие методики: опросник (тест) школьной тревожности Филлипса, тест-опросник тревожности Спилбергера-Ханина, опросник измерения уровня тревожности (шкала Дж. Тейлора), опросник измерения уровня тревожности (шкала социально-ситуационной тревоги Кондаша).

Исходя из результатов исследования по опроснику (тесту) школьной тревожности Филлипса, мы выявили, что у большего числа испытуемых низкий уровень тревожности, а именно у 70% человек. Это свидетельствует о том, что у подростков в момент исследования не было зафиксировано неблагоприятного психического фона, который характеризуется негативным отношением и переживанием тревоги. Несмотря на это, у 18% подростков был выявлен повышенный уровень тревожности, что говорит об отрицательном эмоциональном состоянии. Также 12% учащихся показали высокий уровень тревожности, под которым понимается частое переживание стрессогенных ситуаций и ожидание постоянных негативных проявлений со стороны окружающих. Эти данные позволяют нам сделать вывод о том, что у некоторых подростков действительно повышенный уровень тревожности в период сдачи ЕГЭ и ОГЭ.

При анализе результатов исследования по тест-опроснику тревожности Спилбергера-Ханина мы выявили, что низкий уровень по шкале «ситуативная тревожность» на момент проведения исследования имели 39% учащихся. Низкий уровень по шкале «личностная тревожность» на момент проведения исследования имели 19% учащихся. Это свидетельствует о том, что подростки активно вытесняют тревож-

ность, которая может появиться в связи с различными стрессовыми ситуациями. Умеренный уровень по шкале «ситуативная тревожность» присущ 47% испытуемых, а по шкале «личностная тревожность» 60% из данной выборки. Им характерно адекватное оценивание происходящих ситуаций, и тревожные проявления находятся в пределах нормы. И, наконец, высокий уровень по шкале «ситуативная тревожность» имеют 14% подростков, а по шкале «личностная тревожность» — 21%. В данном случае можно говорить о склонности к появлению состояния тревоги у испытуемых, которая появляется в ситуации оценки компетентности данного человека.

Таким образом, проявления такого отрицательного эмоционального состояния, как тревожность, действительно присуще подросткам в период ситуации экзамена.

Исходя из результатов по опроснику измерения уровня тревожности (шкала Дж. Тейлора), мы выявили, что у большего числа испытуемых средний уровень тревожности, а именно у 50% человек. Для них характерно адекватное оценивание происходящих ситуаций, и тревожные проявления находятся в пределах нормы. Низкий уровень тревожности был зафиксирован у 26% подростков. Это свидетельствует о том, что у учащихся в момент исследования не было зафиксировано неблагоприятного психического фона, который характеризуется негативным отношением и переживанием тревоги.

Несмотря на это, у 24% подростков был выявлен высокий уровень тревожности, под которым понимается частое переживание стрессогенных ситуаций и ожидание постоянных негативных проявлений со стороны окружающих. Эти данные позволяют нам сделать вывод о том, что некоторым учащимся действительно присущ высокий уровень тревожности в период сдачи ЕГЭ и ОГЭ.

Последней методикой, которую мы использовали для диагностики

тревожности, был опросник измерения уровня тревожности (шкала социально-ситуационной тревоги Кондаша).

Первой шкалой, обработку которой мы производили, называлась «школьная тревожность». Уровень «Чрезмерное спокойствие» по данной шкале на момент проведения исследования имели 24% учащихся, т.е. общее эмоциональное состояние, связанное с различными формами включения подростков в жизнь школы, является положительным. Нормальный уровень по шкале на момент проведения исследования имели 48% подростков, т.е. благоприятный психический фон, позволяющий учащимся развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата. Повышенный уровень по данной шкале на момент проведения исследования имели 14% испытуемых, т.е. свойственно общее стрессовое реагирование на взаимоотношения с окружающими в школе, на ситуацию обучения в целом, что негативно сказывается на обучении.

Высокий уровень по шкале на момент проведения исследования имели 12% испытуемых, т.е. чрезмерное волнение, повышенное беспокойство в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов и сверстников. Очень высокий уровень по этой шкале на момент проведения исследования имели 2% учащихся, т.е. постоянное чувство собственной неадекватности, неполноценности, неуверенность в правильности своего поведения, своих решений.

Следующая шкала, обработку которой мы производили, называлась «самооценочная тревожность». Уровень «Чрезмерное спокойствие» по шкале на момент проведения исследования имели 36% учащихся, т.е. общее эмоциональное состояние в ситуациях, связанных с самооценкой подростков, является положительным. Нормальный уровень по данной шкале на момент проведе-

ния исследования имели 46% подростков, т.е. благоприятный психический фон, позволяющий учащимся видеть положительные представления о себе в глазах окружающих и своих глазах. Повышенный уровень по этой шкале на момент проведения исследования имел 14% испытуемых, т.е. свойственно общее стрессовое реагирование на ситуации, связанные с самооценкой во взаимоотношения с окружающими. Высокий уровень по данной шкале на момент проведения исследования имели 3% испытуемых, т.е. чрезмерное волнение, связанное с представлениями о себе в глазах окружающих и своих глазах. Очень высокий уровень на момент проведения исследования имел 1% учащихся, т.е. постоянное чувство тревожности приводит к снижению самооценки и трудностям в общении с людьми.

Ещё одна шкала, обработку которой мы производили, называлась «межличностная тревожность». Уровень «Чрезмерное спокойствие» по шкале на момент проведения исследования имели 16% учащихся, т.е. общее эмоциональное состояние при различных взаимодействиях с окружающими людьми является положительным. Нормальный уровень по данной шкале на момент проведения исследования имели 74% подростков, т.е. благоприятный психический фон позволяет учащимся вступать в межличностный контакт без всяких трудностей. Повышенный уровень по шкале на момент проведения исследования имели 9% испытуемых, т.е. свойственно общее стрессовое реагирование при взаимодействии с окружающими людьми. Высокий уровень по данной шкале на момент проведения исследования имел 1% испытуемых, т.е. чрезмерное волнение не позволяет подросткам с лёгкостью вступать в общение с другими людьми и налаживать межличностное взаимодействие. Очень высокий уровень по этой шкале на момент проведения исследования не имел ни один учащийся (0%), т.е. постоян-

ное чувство тревожности при взаимодействии с окружающими выявлено не было.

Последняя шкала, обработку которой мы производили, называлась «общая тревожность». Уровень «Чрезмерное спокойствие» по шкале на момент проведения исследования имели 37% учащихся, т.е. общее эмоциональное состояние подростков является положительным.

Нормальный уровень по данной шкале на момент проведения исследования имели 49% подростков, т.е. благоприятный психический фон позволяет учащимся быть включёнными во все сферы жизнедеятельности.

Повышенный уровень по этой шкале на момент проведения исследования имели 10% испытуемых, т.е. свойственно стрессовое реагирование на различные жизненные ситуации, которые этого подразумевают.

Высокий уровень по данной шкале на момент проведения исследования имели 3% испытуемых, т.е. чрезмерное волнение приводит к различным негативным эмоциональным переживаниям.

Очень высокий уровень на момент проведения исследования имел 1% учащихся, т.е. постоянное чувство тревожности, которое может создать угрозу психическому здоровью и способствовать развитию предневротических состояний.

Таким образом, подросткам действительно присуще состояние тревожности в период ситуации экзамена.

Ещё одной нашей задачей было выяснить — существуют ли различия в проявлении тревожности между классами? Для решения данной задачи мы воспользовались методом математической статистики (критерием Розенбаума). Все показатели в данном случае оказались в зоне незначимости.

Здесь можно сказать о том, что неважно, в какой раз учащийся проходит через процедуру сдачи ЕГЭ или ОГЭ и какие знания у него присутствуют в данный момент; повышенный и высокий уровень тре-

возможности присущ некоторым школьникам.

Полученные данные могут использоваться в работе с подростками для устранения тревожности в период сдачи ЕГЭ и ОГЭ. Результаты исследования могут воспользоваться как педагоги-психологи для работы в образовательных учреждениях, так и родители для профилактики тревожности в домашних условиях.

### Литература

1. *Артюнина Г.П.* Школьный стресс [Текст] / Г.П. Артюнина // Артюнина, Г.П. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни / Г.П. Артюнина. — М, 2009. — С. 410–417.
2. *Крушельницкая О.* Школьный стресс [Текст] / О. Крушельницкая // Народное образование. — 2001. — № 6. — С. 121–124.
3. *Потапова Л.А.* ЕГЭ и тревожность выпускников школы [Текст] / Л.А. Потапова // Образование в современной школе. — 2005. — № 7. — С. 47–52.
4. *Степанова М.И.* Экзамен: как преодолеть стресс [Текст] / М.И. Степанова // Народное образование. — 2011. — № 2. — С. 207–210.