


# ***Выявление тревожности у подростков***



***Выполнили ученицы 8-ого класса:***

***Храмова Диана***

***Попова Ольга***

***Карачун Виктория***

# Цель



- выявление психологических особенностей проявления тревожности в поведении подростков, особенностей социального поведения современных подростков и его саморегуляции.

# Перед нами были поставлены следующие задачи :

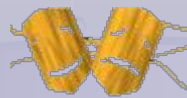
- Изучить имеющийся теоретический материал;
- Определить аспекты по изучаемому вопросу;
- Провести исследовательскую работу, используя психологический инструментарий: методики, тесты,
- Описать полученные результаты и попытаться дать на их основе практические рекомендации.



# Гипотеза

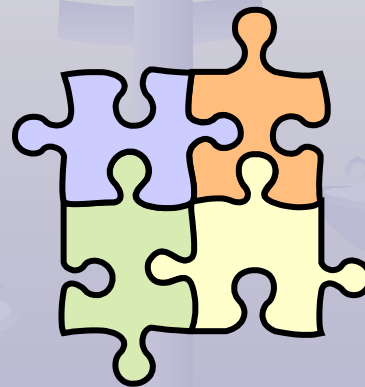


- Между уровнем развития тревожности подростка и его поведением, существует прямая взаимосвязь. Подростку с повышенным уровнем тревожности сложно идти на контакт с незнакомыми людьми, очень тяжело достичь успеха в какой-либо деятельности. Такие подростки в своем большинстве ведут замкнутый образ жизни.



# Этапы исследования

- Изучение материалов по данному вопросу и раскрытие основных понятий
- Подготовка инструментария, необходимого для реализации цели
- Подбор и инструктаж группы интервьюеров
- Разработка базовой выборки
- Опрос учащихся и тестирование, подготовка аналитического отчёта с вытекающими выводами и рекомендациями



# Инструментальная программа по методике Кондаша

<b>I</b> ГРУППА	<b>II</b> ГРУППА	<b>III</b> ГРУППА
40 человек	25 человек	55 человек



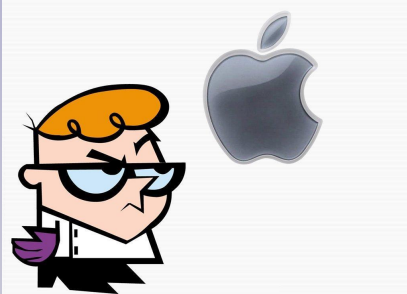
# Аналитический отчет

- По результатам, полученным в ходе исследования, испытуемые подростки были разделены на 3 группы, близкие по уровню психологических характеристик.
- 1 – группа состоит из 40 человек.
- 2 – группа состоит из 25 человек.
- 3 – группа состоит из 55 человек.
- 1 – группа. Уровень тревожности развит слабо, зато очень высоко стремление к людям. Такие подростки очень мобильны, легко идут на контакт, свободно чувствуют себя в незнакомом обществе.
- 2 – группа. У второй группы подростков высоко развит уровень личностной тревожности, они плохо идут на контакт, замкнуты, слабо развит мотив к достижению успехов.
- 3 – группа. У третьей группы подростков стремление к людям находится на среднем уровне, такие подростки предпочитают находиться в коллективе, хотя иногда появляется желание побыть в одиночестве. Уровень тревожности у данной группы подростков ниже среднего. Они легко идут на контакт, часто добиваются поставленных целей.

# Результаты исследования

- Личность с выраженной тревожностью склонна воспринимать окружающий мир как несущий в себе потенциальную угрозу или опасность в значительно большей степени, чем личность с низким уровнем тревожности. Повышенная тревожность, несоразмерная с вызвавшим ее явлением или ситуацией, препятствует формированию нормального адаптивного поведения, вызывает чрезмерные функциональные сдвиги в физиологических системах организма. Причем эти сдвиги, возникающие под влиянием эмоционально напряженных ситуаций, бывают значительно более выраженными, чем при сильных физических перегрузках и нормализуются обычно медленнее.
- Чем выше уровень проявляемой тревожности у человека, тем сложнее ему регулировать свои эмоции, и свое поведение. Между тревожностью и саморегуляцией существует прямая зависимость. Под воздействием внутренней тревоги человек зачастую совершает необдуманные поступки, так как все разумные мысли парализованы чувством страха и неуверенности в себе. Таким людям тяжело идти на контакт, они очень редко достигают успеха в чем-либо.
- Подростки же с нормальным уровнем тревожности легко владеют ситуацией, своими эмоциями и поведением. Таким людям легко идти по жизни. Они очень мобильны, общительны, целеустремленны.





## Вывод

- Тревожность это эмоциональное состояние, которое характеризуется субъективным ощущением напряжения, ожидания неблагоприятного развития событий. Возникает это состояние в ситуации неопределенной опасности (ожидание негативной оценки или агрессивной реакции, восприятие отрицательного к себе отношения или угрозы своему самоуважению, престижу) и часто обусловлено неосознаваемым источником опасности. Исходя из выше сказанного, можно сделать вывод о том, что гипотеза, выдвинутая нами в работе, полностью подтверждается.



# Рекомендации



- Проблема социализации была актуальна вчера, актуальна сегодня и будет актуальна завтра. Наша обязанность создать ребенку "социальную ситуацию развития", среду общения, поле деятельности, адаптировать подростков к современным условиям жизни, воспитать гражданина-патриота, сформировать чувство коллективизма и умение жить и работать в коллективе, воспитать инициативу, самостоятельность, профессиональную ориентацию, развить творческие способности, организовать интересный и плодотворный досуг.
- Ведь подростковый период характеризуется проявлением талантов, поиска самого себя, своего внутреннего "Я" и формированием у каждого собственных представлений об окружающем мире, свободой выбора формы образования, самостоятельностью.

- Данная тема актуальна потому, что при повышении уровня тревожности, что особенно часто происходит в подростковый период, человек теряет возможность к актуализации собственной личности, так как повышенная тревожность мешает ему двигаться вперед, расти по социальной и профессиональной лестнице. Ученые всего мира занимаются проблематикой регуляции подростковой тревожности, и установлением взаимосвязи между уровнем тревожности и поступками подростка.

