

ВЛИЯНИЯ НА УЧИЛИЩНАТА СРЕДА ВЪРХУ ПРОЯВИТЕ НА ТРЕВОЖНОСТ ПРИ УЧЕНИЦИ ОТ ОБЩООБРАЗОВАТЕЛНИ И ПРОФЕСИОНАЛНИ УЧИЛИЩА

Гергана Славчева-Андонова

Пловдивски университет „Паисий Хилендарски“

Резюме. Статията представя данни за влиянията на училищната среда върху проявите на личностна тревожност при ученици от осми и девети клас, които се обучават в общообразователни и професионални училища. Данните илюстрират, че провокираната от училищната среда тревожна симптоматика се проявява най-отчетливо под формата на реакции на нервност и напрегнатост. При момичетата се наблюдава изявена тревожна симптоматика под формата на стомашни неразположения, трудности със съня, умора, проблеми с дишането, изпотяване на дланите, сънуване на кошмари, очаквана негативна оценка от страна на другите. Получените емпирични данни доказват, че е необходимо учителите от общообразователните и професионалните училища да бъдат информирани за вредните въздействия на тревожната симптоматика върху физическото и психическото здраве на учениците.

Keywords: educational environment; anxiety; general schools; vocational schools

За съвременните деца и юноши училищната среда се явява източник на различни по характер емоционални преживявания. Често пъти тези емоционални преживявания имат негативен характер и се явяват сигнали за наличие на тревожност.

Много съвременни психологически изследвания доказват, че преживяването на тревожност в детско-юношеска възраст може силно да понижи качеството на междуличностните връзки, да повлияе негативно върху успеваемостта в училище и върху удовлетвореността от живота, като цяло. А. Микляева и В. Румянцева посочват, че влошените отношения със значимите възрастни могат да провокират поява на тревожна симптоматика при децата в предучилищна и в начална училищна възраст (Miklyueva & Rummyantseva, 2004). Преживяването на тревожност може да провокира и множество здравословни проблеми при децата и юношите. За сериозността на тези проблеми говори фактът, че в официалния наръчник на Американската психиатрична асоциация, одобрен от Световната здравна организация – DSM-V, съществуват тревожни разстройства в детството и юношеството (DSM-V, 2013), а според

по-широко използваната у нас Международна класификация на болестите – десета ревизия, депресията и тревожността са представени в списъка на емоционалните разстройства в детска възраст (ICD-10, 2010). Данните от изследване, проведено от В. Петрова, доказват, че съществува връзка между високите нива на тревожност и депресивност и суицидните мисли и суицидните опити при юношите. Авторката посочва, че причина за голяма част от суицидните опити в периода на юношество то се явяват училищните проблеми (Petrova, 2016).

Редица изследвания, проведени през последните десетилетия, акцентират върху важноста на проблематиката, свързана с влиянията на училищната среда върху проявите на тревожност в детско-юношеска възраст (Garankova, 2000; Klepach, 2002; Abakarova, 2003; Zinov`ieva, 2005; Prikhozhan, 2007; Kuznetsova, 2009; Strizhus, 2013; Slavcheva-Andonova, 2018).

Анализът на изследователските данни доказва, че с понятието „тревожност“ често пъти се описват разнородни явления. Важна крачка в „декомпозирането“ на понятието е разграничаването на тревожността като личностна черта и като състояние (Spielberger, 1972). В основата на това разграничаване е становището, че личностните черти и психичните състояния отразяват различни типове психологически конструктори. Психичните състояния съществуват в определен момент и имат специфично ниво на интензивност. Те имат преходен характер, но могат да се възобновят, когато са предизвикани от подходящи стимули. Могат да продължат съществуването си във времето, когато условията, които ги провокират, са постоянни. Като характеристика (черта) на личността, тревожността се разбира като устойчива предразположеност към тревожно реагиране в различни ситуации. Тревожността, като черта на личността, е по-честа, по-устойчива, генерализирана като диспозиция към тревожни реакции в голям брой ситуации. Тази тенденция се изразява в потенциална предразположеност да се реагира емоционално в ситуации на даже незначителна заплаха. Личностната тревожност има устойчив и постоянен характер, проявява се в различни възрастови периоди и в различни ситуации.

Своеобразното съчетаване на съдържателните и динамичните характеристики на тревожността се определя като равнище на тревожност. Това равнище варира от пълно отсъствие на тревожност (емоционална стабилност) до максимално завишена тревожност с предразположеност към депресия.

Съдържателните и процедурните характеристики на изследователските методики показват, че за диагностика на видовете тревожност най-често се използват самоописателни методи във вид на въпросници или скали. Редица автори защитават позицията, че използването на самоописателни методи и в частност стандартизирани самооценъчни скали, за оценка на „интернални“ проблеми на развитието като тревожност, страх, депресия, са по-надежден източник в сравнение с данните, посочени от родители и учители. Това се обяснява с факта, че някои от симптомите на тревожността (например отказът да се ходи на училище) могат да се наблюдават

директно, докато други се улавят единствено чрез самонаблюдение. Самоописателните методи позволяват на детето да сподели своя вътрешен „скрит“ психичен опит (Slavcheva-Andonova, 2014).

В нашето изследване си поставяме за цел да анализираме влиянията на училищната среда върху проявената личностна тревожност при ученици от общообразователни и професионални училища. В извадката са включени 339 ученици от осми и девети клас, които се обучават в четири общообразователни и четири професионални училища. По пол изследваните лица се разпределят, както следва: 156 момчета и 183 момичета. От изследваните лица 142 са ученици в осми клас (74 момичета и 68 момчета), а 197 са ученици в девети клас (109 момичета и 88 момчета). Избираме в изследването да бъдат включени ученици от осми и девети клас, тъй като те са преминали етапите на училищните състезателни изпити. В повечето случаи изпитите са източник на силни емоционални преживявания и на тревожност с преходен характер. Стремешът в случая е да се получи по-достоверна информация за личностната тревожност, която има относително устойчив характер. Приложен е български вариант на скалата RCMAS (Revised Children's Manifest Anxiety Scale), създадена от С. Рейнолдс и Б. Ричмънд (Reynolds & Richmond, 1987). Приложеният вариант е адаптиран за български условия от П. Калчев (Kalchev, 2006). Скалата RCMAS измерва и следните специфични характеристики на тревожността, обособени като четири отделни фактора: „Безпокойства“, „Социални притеснения“, „Физиологични реакции“ и фактор „Нервност (напрегнатост)“.

Факторът „Безпокойства“ се формира от 9 айтема, обособени в субскала „Безпокойства“, свързани с негативни очаквания, притеснения, чувствителност по отношение на реакциите на другите. Безпокойствата се разглеждат като когнитивен компонент на тревожността, тоест, преживяването на тревожността се опосредства от активно предвиждане и „разработване“ на възможните негативни последици (безпокойство), а не толкова от действителна, настояща заплаха. Безпокойствата се дефинират чрез три основни признака: когнитивен характер на феномена; фокуса върху очакването на негативен изход; централната роля на несигурността относно настъпването на бъдещото събитие. Като цяло, субскала „Безпокойства“ оценява общата тенденция човекът да е ангажиран с негативни очаквания и притеснения. Айтемите, включени в субскала „Безпокойства“, не съдържат указания за конкретните събития или ситуации, които пораждат опасения и негативни очаквания (с изключение на айтем №10, който включва притеснения по повод очаквани оценки от родителите). Скалата не оценява предметното съдържание на безпокойствата, което е и възрастово обусловено, а общата тенденция човекът да е ангажиран с негативни очаквания и притеснения.

Факторът „Социални притеснения“ включва 6 айтема, обособени в субскала „Социални притеснения“. В съдържателно отношение айтемите отразяват притеснения по повод на очакваните оценки и негативно социално сравнение. Например: „Непрекъснато очаквам някой да ми каже, че не се справям добре“, „Мисля, че

другите не харесват начина, по който правя нещата“, „Изглежда, на другите по-лесно им се отдават нещата, отколкото на мен“. Всички айтеми са формулирани в социален контекст на „аз и другите“.

Факторът „Физиологични реакции“ се формира от 8 айтема, обособени в субскала „Физиологични реакции“. Айтемите отразяват някои типични соматични прояви на тревожността: свиване на стомаха, изпотяване, недостиг на въздух, умора, както и проблеми със съня. От съвременна гледна точка, айтемите от субскалата представят част от физиологичните симптоми за генерализирана тревожност на DSM-V (DSM-V, 2013), но без да го изчерпват.

Факторът „Нервност (напрегнатост)“ се отделя като самостоятелен само в българския вариант на скалата RCMAS. Факторът съдържа 5 айтема, обособени в субскала „Нервност (напрегнатост)“. В съдържателно отношение айтемите могат да се определят като насочени към преживяването на напрегнатост (напрежение), „свърхреактивност“ и дори стрес. Например: „Аз съм нервен човек“, „Лесно изпадам в ярост“, „Изнервям се, когато нещата не вървят“ и „Трудно ми е да седя дълго време на едно място“.

Скалата RCMAS съдържа и допълнителен фактор „Лъжа“, съдържащ 9 айтема с положително формулирани признаци, обособен в субскала „Лъжа“. Например: „Харесвам всички хора, които познавам“, „Винаги се държа възпитано и прилично“, „Винаги съм внимателен с другите хора“. Изборът на положителните отговори изразява склонността на изследваните лица да си приписват социално одобрявани характеристики.

Факторите „Безпокойства“, „Социални притеснения“, „Физиологични реакции“, „Нервност (напрегнатост)“, както и фактор „Лъжа“ се обособяват в пет отделни субскали, които оформят общата структура на „Ревизираната детска скала за проявена тревожност“ (RCMAS), състояща се от 37 айтема. Общият бал на тревожността се изчислява като сума от положителните отговори на общо 28 айтема, включени в структурата на скалата. При стандартизацията на методиката за българската популация юноши са приети норми, според които се определят пет равнища на тревожност: много ниско; ниско; средно; високо; много високо (Kalchev, 2006: 234).

В нашето изследване прилагаме еднофакторни и двуфакторни планове за установяване на зависимости между факторите „Пол“ и „Училище“ и следните зависим променливи: „Общ бал“ по скалата за тревожност RCMAS; „Бал“ по субскала „Безпокойства“; „Бал“ по субскала „Социални притеснения“; „Бал“ по субскала „Физиологични реакции“; „Бал“ по субскала „Нервност (напрегнатост)“; „Бал“ по субскала „Лъжа“. За проверка на нулевите хипотези се прилага F-критерият на Фишер-Снедекор, чиито наблюдавани стойности се изчисляват чрез еднофакторен и двуфакторен дисперсионен анализ (ANOVA) при равнище на значимост $p < 0,05$. В статията представяме резултатите, които доказват наличието на статистически значими зависимости между изследваните фактори и зависими променливи.

Резултати

1. Установява се статистически значима зависимост между факторите „Пол“ и „Училище“ и зависимата променлива „Общ бал“ по скалата за тревожност RCMAS. ($F=2,840$; $p<0,05$). Вероятността училищната среда да провокира тревожност в периода на юношеството, е по-изявена при момичетата. Тази тенденция се наблюдава както в общообразователните, така и в професионалните училища.

При стандартизацията на приложения в нашето изследване вариант на скалата RCMAS П. Калчев установява значимо по-високи равнища на тревожност при момичетата (Kalchev, 2006: 145 – 148). В цитираното изследване разликите в нивата на тревожност по пол се интерпретират в контекста на влиянията на биологичните фактори, разликите в процесите на социализация при двата пола, в частност родителските стилове на възпитание, стратегиите за справяне и др. Данните от нашето изследване допълват тази информация с факта, че съвременната училищна среда се явява един от факторите, които провокират устойчива тревожна симптоматика при момичетата на възраст между 14 и 17 години.

2. Установяват се статистически значими зависимости между факторите „Пол“ и „Училище“ и зависимата променлива „Бал“ по субскала „Социални притеснения“ ($F=2,327$; $p<0,05$). При момичетата както от общообразователните, така и от професионалните училища по-отчетливо се проявяват притеснения, свързани с очаквани негативни оценки от страна на другите. Според получените емпирични данни негативното социално сравнение е източник на притеснения за приблизително една трета от учениците.

3. Установява се статистически значима зависимост между факторите „Пол“ и „Училище“ и зависимата променлива „Бал“ по субскала „Физиологични реакции“ ($F=2,132$, $p<0,05$). При момичетата както от общообразователните, така и от професионалните училища по-отчетливо се наблюдава тревожна симптоматика, изявена под формата на специфични физиологични реакции, като стомашни неразположения, трудности със съня, умора, проблеми с дишането, изпотяване на дланите, сънуване на кошмари, очаквана негативна оценка от страна на другите. Според констатираните данни повече от 50% от изследваните ученици заявяват за наличие на тревожна симптоматика, изявена под формата на стомашни неразположения, нарушения в съня и бързо настъпваща умора.

4. Установява се статистически значима зависимост между фактора „Училище“ и зависимата променлива „Бал“ по субскала „Нервност (напрегнатост)“ ($F=2,772$, $p<0,05$). Като цяло, айтемите от субскала „Нервност (напрегнатост)“ получават най-голям процент положителни отговори, индикатори за наличие на тревожност спрямо всички останали айтеми, включени в скалата RCMAS. Смесовото съдържание на айтемите е следното:

- „Изнервям се, когато нещата не вървят“ – 79,9% положителни отговори;
- „Лесно се разсейвам в час“ – 74,9% положителни отговори;

– „Трудно ми е да седя дълго време на едно място“ – 69,6% положителни отговори;

– „Аз съм нервен човек“ – 37,6% положителни отговори;

– „Лесно изпадам в ярост“ – 36% положителни отговори.

Описаните поведенчески реакции и преживявания са с висока честота при изследваните ученици както от общообразователните, така и от професионалните училища. Получените емпирични данни доказват, че преживяването на тревожност предизвиква реакции, които снижават качеството на учебната дейност.

5. Установява се статистически значима зависимост между фактора „Училище“ и зависимата променлива „Бал“ по субскала „Лъжа“ ($F=5,5523$, $p<0,005$). Положителните отговори по фактор „Лъжа“, като цяло, отразяват тенденцията в опитите на изследваните лица да създават положителни впечатления за себе си. В най-висока степен тези положителни впечатления са свързани с отношението към другите. Констатира се, че повече от 50% от учениците както в общообразователните, така и в професионалните училища представят себе си като внимателни и добре възпитани. Вероятно това се дължи на факта, че обществото традиционно одобрява този тип личностни качества и по-голямата част от изследваните ученици се стремят да се опишат като хора, които ги притежават.

Получените емпирични данни дават възможност да бъдат направени следните обобщени изводи.

– Училищната среда провокира по-изявена тревожна симптоматика при момичетата. Тази тенденция се проявява както в общообразователните, така и в професионалните училища.

– При учениците както от общообразователните, така и от професионалните училища провокираната от училищната среда тревожна симптоматика се проявява най-отчетливо под формата на реакции на нервност и напрегнатост.

– Получените емпирични данни доказват, че е необходимо да се повиши информираността на учителите относно вредните въздействия на тревожната симптоматика върху физическото и психическото здраве на учениците.

Благодарности. *Изследването е проведено с подкрепата на ПУ „Паисий Хилендарски“ – поделение „Научна и приложна дейност“, по Национална научна програма на МОН „Млади учени и постдокторанти“.*

REFERENCES/ЛИТЕРАТУРА

- Abakarova, E. (2003). *Diagnostika i korrektsia trevozhnosti u detey 5 – 7 let v usloviyakh doshol'nogo obrazovatel'nogo uchrezhdeniya*. Stavropol: SGU. Avtoreferat. [Абакарова, Э. (2003). *Диагностика и коррекция тревожности у детей 5 – 7 лет в условиях дошкольного образовательного учреждения*. Ставрополь: СГУ. Автореферат.]

- DSM-V. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder*. American Psychiatric Association.
- Garankova, I. (2000). *Trevoznost sholnikov v usloviakh socialno-ekonomicheskogo krizisa: ot podrostkovogo k unosheskomu vozrastu*. Perm: PGPU. Avtoreferat. [Гаранькова, И. (2000). *Тревожность школьников в условиях социально-экономического кризиса: от подросткового к юношескому возрасту*. Пермь: ПГПУ. Автореферат.]
- ICD-10 (2010). *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems. Tenth Revision*. Geneva: World Health Organization.
- Klepach, Yu. (2002). *Psikhologicheskaya priroda i psikhokorreksiya trevozhnosti u starsheklasnikov*. Voronezh: VGPU. Avtoreferat. [Клепач, Ю. (2002). *Психологическая природа и психокоррекция тревожности у старшеклассников*. Воронеж: ВГПУ. Автореферат.]
- Kuznetsova, O. (2009). *Vzaimosvyaz` urovney trevizhnosti i mekhanizmov adaptatsii lichnosti v period yunosti*. Instituta psikhologii. Moskva: RAN. Avtoreferat. [Кузнецова, О. (2009). *Взаимосвязь уровней тревожности и механизмов адаптации личности в период юности*. Института психологии. Москва: РАН. Автореферат.]
- Miklyaeva, N. & P. Rumyantseva (2004). *Shol'naya trevozhnost`: diagnostika, korrektsiya, razvitiye*. Saint Petersburg: Rech. [Микляева, Н. & Румянцева, П. (2004). *Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие*. Санкт Петербург: Речь.]
- Prikhozhan, A. (2007). *Psikhologiya trevozhnosti: doshkol'nyy i shkol'nyy vozrast*. Saint Petersburg: Piter. [Прихожан, А. (2007). *Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст*. Санкт Петербург: Питер.]
- Kalchev, P. (2006). *Skali za trevozhnost v detska I yunosheska vuzrast. Chast I. Detska proyavena trevozhnost*. Sofia: Iztok-Zapad. [Калчев, П. (2006). *Скали за тревожност в детска и юношеска възраст. Част I. Детска проявена тревожност*. София: Изток-Запад.]
- Petrova, B. (2016). *Dinamika na lichnostni osobenosti i nevrotichna simptomatika pri uchenitsi v gorna uchilishtna vazrast*. Blagoevgrad: UZU "Neofit Rilski. Avtoreferat [Петрова, В. (2016). *Динамика на личностни особености и невротична симптоматика при ученици в горна училищна възраст*. Благоевград: ЮЗУ „Неофит Рилски“. Автореферат.]
- Reynolds, C. & B. Richmond (1987). What I Think and Feel: A revised measure of children's manifest anxiety. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 6,(2), p. 271 – 280.
- Slavcheva-Andonova, G. (2018). Effects of school and innovative virtual environment on manifest anxiety in adolescence. In: 10TH International

- Conference on Educational and New Learning Technologies. Spain, EDU Learn, 2018. pp. 1268 – 1273.*
- Slavcheva-Andonova, G. (2014). Kharakteristiki na trevozhnite prezhiyavaniya v yunisheska vazrast. *Sedmi natsionalen kongres po psikhologia. Sbornik nauchni dokladi. Sofia. 31.10. – 02.11.2014. s.567 – 575.* [Славчева-Андонова, Г. (2014). Характеристики на тревожните преживявания в юношеска възраст. *Седми национален конгрес по психология. Сборник научни доклади. София, 31.10. – 02.11.2014. с.567 – 575.*]
- Spielberger, C. (1972). *Anxiety. Cyrrrent trends in theory and research. V. 1.* New York and London: Academic Press.
- Strizhus, Ye. (2013). *Dinamika trevozhnosti v starshem shol'nom vozraste.* Moskva: SGU. Avtoreferat. [Стрижус, Е. (2013). *Динамика тревожности в старшем школьном возрасте.* Москва: СГУ. Автореферат.]
- Zinov'yeva, E. (2005). *Shkol'naya trevozhnost' i yeye svyaz' s kognitivnymi i lichnostnymi osobenostyami mladshikh shol'nikov.* Moskva: MGOPU Im. M. A. Sholokhova. Avtoreferat. [Зиновьева, Э. (2005). *Школьная тревожность и ее связь с когнитивными и личностными особенностями младших школьников.* Москва: МГОПУ им. М. А. Шолохова. Автореферат.]

EFFECTS OF SCHOOL ENVIRONMENT ON THE ANXIETY MANIFESTATIONS IN PUPILS IN GENERAL AND VOCATIONAL SCHOOLS

Abstract. The article presents data about the impact of the school environment on the anxiety of 8th and 9th grade pupils who stury in secondary and vocational schools. The data shows that anxiety symptoms, provoked by the school environment, occurs most clearly in the form of reactions of nervousness and tension. The girls have anxiety symptoms in the form of stomach upset, sleeping difficulties, fatigue, breathing problems, palms sweating, nightmares, expectation of negative assessment by others. The empirical data proves that for teachers from secondary and vocational schools is necessary to stay informed about the harmful effects of anxiety symptoms on pupils' physical and mental wellbeing.

✉ **Dr. Gergana Slavcheva-Andonova, Assist. Prof.**

University of Plovdiv

Plovdiv, Bulgaria

E-mail: slavcheva@uni-plovdiv.bg

educable /ˈeɪdʒəbəl/ n. **educator** /ˈeɪdʒəˈkeɪtər/ n. [Latin *educare* to
educate] **educated** /ˈeɪdʒəˈkeɪtəd/ adj. 1 having had an
good) education. 2 resulting from
(educated accent). 3 based on experience
or study (educated guess).
education /ˌedʒuˈkeɪʃ(ə)n/ n. 1 sys-
tematic instruction. 2 particular stage
in education (a classical edu-
cation; further education). 3 develop-
ment of character or mental powers.
educational /ˌedʒuˈkeɪʃənəl/ adj. educationally ad-
vantageous
educationist /ˌedʒuˈkeɪʃənəlɪst/ n. (also *educationalist*)
a person who is concerned with education



Втора английска езикова гимназия „Томас Джеферсън“ – София

2nd English Language High School
“Thomas Jefferson”

<https://2els.com/>

Училище за учители

Уважаеми читатели,

Настоящата рубрика на научно списание „Професионално образование“ има амбициите да показва опита и добрите практики на водещи български училища – в България и по света.

Родните образователни институции не само обучават нашите деца на четмо и писмо, но имат и отговорната задача да ги изграждат като личности. Това не може да бъде направено без съвместните усилия на учители и родители, без здравата връзка между преподавател и ученик.

С дълбоко уважение към дейността на българския учител, Национално издателство „Аз-буки“ развива тази рубрика като поле за споделяне на опит, обмяна на идеи и добри практики. По този начин даваме възможност на преподаватели и училищни настоятелства да споделят информация за успехи, срещани проблеми и начини за тяхното решаване, които да се превърнат в безценен помощник за много техни колеги.

В броя представяме:

Втора английска езикова гимназия
„Томас Джеферсън“ – София
<https://2els.com/>