

DOI: 10.69085/afp20243159

ПРОЯВИ НА ЛИЧНОСТНА ТРЕВОЖНОСТ В УЧИЛИЩНА СРЕДА ПРИ ЮНОШИ

Гергана Славчева-Андонова

slavcheva@uni-plovdiv.bg

Резюме: Статията представя данни от емпирично изследване, което има за цел да анализира прояви на личностна тревожност в училищна среда при 339 юноши на възраст между 13 и 17 години, които се обучават в общообразователни и професионални училища в страната ни. Приложен е авторски вариант на „Ревизирана детска скала за проявена тревожност“ („Revised Children’s Manifest Anxiety Scale“), създадена от С. Рейнолдс и Б. Ричмънд (Reynolds, Richmond, 1978), адаптирана за български условия от П. Калчев (Калчев, 2006). Оригиналният вариант на скалата съдържа 36 твърдения. В приложението авторски вариант на скалата е запазена смисловата структура на твърденията, включени в оригиналната методика, но те са преструктурирани с ориентация към училищната среда. Скалата е дихотомна и в зависимост от съгласието или несъгласието на изследваното лице се посочва отговор „Да“ или „Не“. Положителните отговори на 28 от твърденията са индикатори за проява на тревожна симптоматика в училищна среда. Установена е надеждността на методиката, свързана с вътреинната съгласуваност на твърденията, индикатори за проявите на тревожност в училищна среда. Стойността на коефициента Алфа на Кронбах е 0,83. Получените резултати доказват, че училищната среда се явява източник на тревожна симптоматика, проявяваща се под формата на безпокойства, социални притеснения, физиологични реакции и нервност за голяма част от съвременните юноши.

Ключови думи: личностна тревожност, училищна среда, юноши

MANIFESTATIONS OF PERSONAL ANXIETY IN THE SCHOOL ENVIRONMENT AMONG ADOLESCENTS

Gergana Slavcheva-Andonova

slavcheva@uni-plovdiv.bg

Abstract: *The article presents data from an empirical study, which aims to analyze manifestations of personal anxiety in a school environment in 339 adolescents between the age of 13 and 17 who study in general education and vocational schools in our country. Attached is an author's version of the "Revised Children's Manifest Anxiety Scale", created by S. Reynolds and B. Richmond (Reynolds, Richmond, 1978), adapted for Bulgarian environment by P. Kalchev (Kalchev, 2006). The original version of the scale contains 36 statements. In the attached author's version of the scale, the semantic structure of the statements included in the original methodology has been preserved, but they have been restructured with an orientation to the school environment. The scale is dichotomous and depending on the agreement or disagreement of the person examined, a "Yes" or "No" answer is indicated. Positive answers to 28 of the statements are indicators of the manifestation of anxiety symptoms in a school environment. The reliability of the methodology was established, related to the internal consistency of the statements, indicators of the manifestations of anxiety in a school environment. The value of the coefficient Cronbach's alpha is 0.83. The obtained results prove that the school environment is a source of anxiety symptoms, manifested in the form of anxieties, social worries, physiological reactions and nervousness for a large part of modern adolescents.*

Key words: *personal anxiety, school environment, adolescents*

Увод

При съвременните юноши личностната тревожност може да се прояви като черта на личността, изразяваща предразположеност към тревожно реагиране в различни ситуации. Тревожните реакции най-често са под формата на напрежение, загриженост, безпокойство, нервност, чувство за неопределеност, безпомощност, незащитеност, самота. На физиологично ниво тревожните реакции се проявяват като засилено сърцебиене, учестяване на дишането, повишаване на артериалното налягане, нарастване на общата възбудимост.

Социалната ситуация на развитието през юношеството, характеризираща се с динамични промени както по отношение на растежа, така и по отношение на влиянията на външните въздействия, може да преекспонира личностния смисъл на множество фактори и те да се явят потенциален източник на тревожност. Изследвания от последните две десетилетия доказват, че училищната среда е свързана с проявите на тревожна симптоматика в периодите на детството и юношеството (Амбалова, 2016; Андриенко, 2019; Егоренко, Лобанова, Чумаченко, 2023; Находкин, Кривошапкина, 2020; Микляева, 2004).

Масовизирането на проблемите налага усъвършенстване на изследователските процедури и прилагане на надеждни методики.

Съдържателните и процедурните характеристики на голяма част от методиките показват, че за диагностика на личностната тревожност с най-голяма надеждност са самоописателните 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 понадежден източник в сравнение с данните, посочени от родители и учители. Това се обяснява с факта, че някои от симптомите на тревожността (напр. 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 (Langley, Bergman, Piacentini, 2002; Myers, Winters, 2002; Reynolds, Kamphaus, 2004; Калчев, 2006).

Емпирично изследване

Цел на емпиричното изследване е да се анализират проявите на личностна тревожност в училищна среда при юноши на възраст 13 – 17 години.

Предмет на изследване е личностната тревожност, проявена в училищна среда под формата на безпокойства, социални притеснения, физиологични реакции и нервност (напрегнатост).

Обект на изследване е извадка от 339 юноши на възраст между 13 и 17 години, които се обучават в общообразователни и професионални училища в страната ни. По пол те се разпределят, както следва: 156 момчета и 183 момичета.

Изследователски метод

За изследване на личностната тревожност, проявена в училищна среда, е приложен авторски вариант на „Ревизирана детска скала за проявена тревожност“ („Revised Children`s Manifest Anxiety Scale“), създадена от С. Рейнолдс и Б. Ричмънд (Reynolds, Richmond, 1978), адаптирана за български условия от П. Калчев (Калчев, 2006). Оригиналният български вариант на „Ревизирана детска скала за проявена тревожност“ се състои от 36 твърдения (айтеми). Скалата е дихотомна и в зависимост от съгласието или несъгласието на изследваното лице се посочва отговор „Да“ или „Не“. Изведени са интервали за дефиниране на пет равнища на тревожност, съобразно броя на положителните отговори. Скалата измерва и следните специфични характеристики на тревожността, обособени като четири отделни фактора, оформящи самостоятелни субскали: „Безпокойства“, „Социални притеснения“, „Физиологични реакции“ и „Нервност (напрегнатост)“. В отделна субскала се обособява и фактор „Лъжа“.

Приложеният в изследването авторски вариант на „Ревизирана детска скала за проявена тревожност“ е структуриран според генерализираните правила, утвърдили се при адаптирането на личностни въпросници за измерване на тревожността (Щетински, Паспаланов, 1980, стр. 243; Калчев, 2006, стр. 21). Запазена е смисловата структура на твърденията, включени в оригиналната методика, но те са пререструктурирани с ориентация към училищната

среда. Установена е надеждността на методиката, свързана с вътрешната съгласуваност на твърденията, индикатори за проявите на тревожност в училищна среда. Стойността на коефициента Алфа на Кронбах е 0,83. Извършени са процедури за установяване на честотното разпределение на данните и тест за нормалност на разпределението. В съответствие с приетите норми при стандартизирането на оригиналната скала (Калчев, 2006, стр. 234) се различават пет равнища на тревожност в зависимост от броя на точките, получени от сумирането на положителните отговори.

Резултати

1. Констатиранни данни за проявени равнища на личностна тревожност в училищна среда

Разпределението на данните за всички изследвани лица е следното:

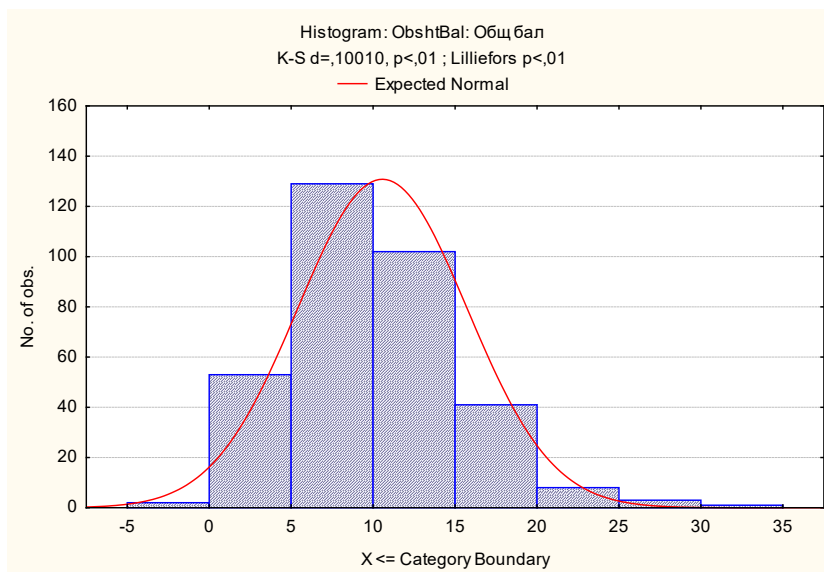
- 1) Много ниско равнище на тревожност демонстрират 32 изследвани лица, които представляват 9,4% от цялата извадка.
- 2) Ниско равнище на тревожност демонстрират 64 изследвани лица, които представляват 18,8% от цялата извадка.
- 3) Средно равнище на тревожност демонстрират 126 изследвани лица, представляващи 37,1% от цялата извадка.
- 4) Високо равнище на тревожност демонстрират 64 изследвани лица, които представляват 18,8% от цялата извадка.
- 5) Много високо равнище на тревожност демонстрират 53 изследвани лица, представляващи 15,6% от извадката.

Фигура 1 представя разпределението на данните за общия бал по скалата.

Среден бал – 10,569322; Медиана – 10,000000; Долен квартил – 7,000000; Горен квартил – 14,000000; Стандартно отклонение – 5,169643; Асиметрия – 0,711297; Ексцес – 1,2954.

Средният бал за всички изследвани лица е 10,56. Тестът за нормалност на разпределението показва, че разпределението на сумарния бал се отклонява от нормалното. Хистограмата е скосена отляво, което се потвърждава от високата положителна стойност на коефициента на асиметрия – 0,71. Това означава, че изследваните

лица са склонни да избират по-ниските стойности, когато са се самооценявали по отделните твърдения.



Фигура 1. Хистограма, представяща разпределението на данните за общия бал по „Скала за проявената в училищна среда личностна тревожност“

Натрупване към по-ниските равнища на скалата е констатирано и в изследователската процедура при стандартизацията на оригиналния български вариант на „Ревизирана детска скала за проявена тревожност“. Според представената от автора интерпретация скалата не разграничава много добре хората с ниски и много ниски равнища на тревожност (Калчев, 2006, стр. 212). Тази констатация не е от съществено значение за реализацията на изследователската цел.

2. Констатирани данни за прояви на безпокойства в училищна среда

Субскала „Безпокойства“ съдържа девет твърдения. Честотното разпределение на положителните отговори, характеризиращи

проявите на тревожност при юношите по фактор „Безпокойства“, е следното:

Твърдение № 1: „Когато съм на училище, трудно решавам какво да правя“ – 36% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 2: „Когато съм на училище, през повечето време все се тревожа за нещо“ – 41,6% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 3: „Когато съм на училище, се страхувам от много неща“ – 29,8% от изследваните дават положителен отговор.

Твърдение № 4: „Когато съм на училище, се безпокоя какво мислят другите за мен“ – 38,1% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 5: „Когато съм на училище, съм по-чувствителен от другите“ – 38,9% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 6: „Когато съм на училище, се тревожа какво ще се случи в бъдеще“ – 53,4% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 7: „Когато съм на училище, лесно се засягам, когато се заяждат с мен“ – 43,1% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 8: „Когато съм на училище, често се безпокоя дали няма да ми се случи нещо лошо“ – 36,9% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 9: „Когато съм на училище, често се питам дали родителите ми са доволни от мен“ – 55,8% от изследваните лица дават положителен отговор.

Вижда се, че най-голям е процентът на положително избраните отговори на твърдение № 9: „Когато съм на училище, често се питам дали родителите ми са доволни от мен“. Голям процент положителни отговори получава и твърдение № 6: „Когато съм на училище, се тревожа какво ще се случи в бъдеще“. Постигането на целите, свързани с бъдещето, е важен елемент от усещането за благополучие през юношеството и при повече от половината от изследваните лица училищната среда провокира прояви на тревожна симптоматика в тази посока.

Високият процент на положителните отговори на твърдение № 7: „Когато съм на училище, лесно се засягам, когато се заяждат с мен“, също може да бъде интерпретиран в контекста на юношеското развитие. Добрите междуличностни отношения са важна част от живота на юношите и лошото отношение от страна на другите лесно провокира негативни преживявания. В този контекст може да бъде интерпретиран и сравнително високият процент на положителните отговори на твърдение № 4: „Когато съм на училище, се безпокоя какво мислят другите за мен“. Центрирането на вниманието върху впечатлението, което се прави на другите, е важна характеристика на юношеското развитие. Юношите се нуждаят от одобрение, а размишленията върху това как другите възприемат и оценяват тяхното поведение и личностни качества очевидно се явява източник на безпокойство за повече от една трета от изследваните лица.

Констатираните резултати могат да бъдат обяснени с възрастовата специфика на юношеството и в този смисъл могат да се интерпретират като очаквани. Както посочва П. Калчев (Калчев, 2006, стр. 236), юношеството е период на засилване на безпокойствата и повишаване на ролята им във всекидневието поради следните причини:

– С когнитивното развитие децата стават по-способни да предвиждат все по-разнообразни негативни резултати и да доразвиват свързаните с тях потенциално неприятни последици. Това до голяма степен обяснява високия процент положителни отговори на твърдение № 6: „Когато съм на училище, се тревожа какво ще се случи в бъдеще“ и на твърдение № 2: „Когато съм на училище, през повечето време все се тревожа за нещо“.

Юношеството е период на радикални личностни трансформации и промени в социалните очаквания към юношата, всяка от които е потенциален източник на безпокойства. Предизвикателствата са свързани с конфликти с родителите, взаимоотношенията с връстниците, бързи промени в настроението. Илюстрация е сравнително високият процент на положителните отговори на твърдение № 4: „Когато съм на училище, се безпокоя какво мислят другите за мен“, на твърдение № 5: „Когато съм на училище, съм по-

чувствителен от другите“ и на твърдение № 7: „Когато съм на училище, лесно се засягам, когато се заяждат с мен“.

3. Констатиранни данни за прояви на социални притеснения в училищна среда

Субскала „Социални притеснения“ съдържа шест твърдения. Честотното разпределение на положителните отговори, характеризиращи проявите на тревожност при юношите по фактор „Социални притеснения“, е следното:

Твърдение № 1: „Когато съм на училище, изглежда, че на другите по-лесно им се удават нещата, отколкото на мен“ – 30,6% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 2: „Когато съм на училище, мисля, че другите не харесват начина, по който върша нещата“ – 33% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 3: „Когато съм на училище, се чувствам самотен, дори и когато съм сред други хора“ – 20,4% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 4: „Когато съм на училище, си мисля, че другите са по-щастливи от мен“ – 23,3% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 5: „Когато съм на училище, непрекъснато очаквам някой да ми каже, че не се справям особено добре“ – 22,1% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 6: „Когато съм на училище, изглежда, много хора са против мен“ – 27,1% от изследваните лица дават положителен отговор.

Най-голям брой положителни отговори са посочени за твърденията № 2: „Когато съм на училище, мисля, че другите не харесват начина, по който върша нещата“, и № 1: „Когато съм на училище, изглежда, че на другите по-лесно им се удават нещата, отколкото на мен“. Данните илюстрират, че негативното социално сравнение в училищна среда е източник на притеснения за приблизително една трета от юношите.

4. Констатирани данни за проявени физиологични реакции в училищна среда

Субскала „Физиологични реакции“ съдържа осем твърдения. Честотното разпределение на положителните отговори, характеризиращи проявите на тревожност при юношите по фактор „Физиологични реакции“, е следното:

Твърдение № 1: „Когато съм на училище и съм напрегнат, много пъти имам чувството, че не ми достига въздух“ – 26,5% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 2: „През учебната година вечер заспивам трудно“ – 34,2% от изследваните лица посочват положителен отговор.

Твърдение № 3: „Когато съм на училище, често ме свива стомахът“ – 49,9% от изследваните лица посочват положителен отговор.

Твърдение № 4: „Когато съм на училище, ръцете ми често се изпотяват“ – 27,7% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 5: „Когато съм на училище, лесно се изморявам“ – 31,6% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 6: „През учебната година нощем често сънувам кошмари“ – 17,7% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 7: „През учебната година понякога нощем се будя уплашен“ – 19,2% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 8: „През учебната година вечер, когато си лягам, се чувствам неспокоен“ – 18,9% от изследваните лица дават положителен отговор.

Физиологичните реакции, свързани с преживяването на тревожност, най-често са със скрита симптоматика. Това са стомашни неразположения, констатирани при приблизително половината от изследваните лица, трудности със съня и бързо настъпваща умора. Други по-често срещани реакции са изпотяване на дланите, проблеми с дишането, сънуването на кошмари. Тези реакции в повечето случаи трудно могат да бъдат разпознати от родители и учители.

5. Констатирани данни за прояви на нервност в училищна среда

Субскала „Нервност (напрегнатост)“ съдържа пет твърдения. Честотното разпределение на положителните отговори, което характеризира проявите на тревожност при юношите по фактор „Нервност (напрегнатост)“, е следното:

Твърдение № 1: „Когато съм на училище, се изнервям, когато нещата не вървят“ – 79,9% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 2: „Когато съм на училище, лесно изпадам в ярост“ – 36% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 3: „Лесно се разсейвам в час“ – 74,9% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 4: „Когато съм на училище, ми е трудно да седя дълго време на едно място“ – 69,6% от изследваните лица посочват положителен отговор.

Твърдение № 5: „През учебната година аз съм нервен човек“ – 37,6% от изследваните лица дават положителен отговор.

Като цяло твърденията от фактор „Нервност (напрегнатост)“ получават най-голям процент положителни отговори от всички твърдения, включени в авторския вариант на скалата RCMAS. Най-голям брой положителни отговори от цялата скала получава твърдение № 1: „Когато съм на училище, се изнервям, когато нещата не вървят“ – приблизително 80%. Голям процент положителни отговори са посочени и на твърденията № 3: „Лесно се разсейвам в час“ – приблизително 75%, и № 4: „Когато съм на училище, ми е трудно да седя дълго време на едно място“ – приблизително 70%.

Описаните поведенчески реакции и преживявания са с висока честота при изследваните юноши. Тези резултати илюстрират, че преживяването на тревожност в училищна среда предизвиква реакции, които снижават качеството на извършваните дейности.

6. Констатирани данни за прояви на лъжа в училищна среда

Субскала „Лъжа“ съдържа осем твърдения. Честотното разпределение на положителните отговори е следното:

Твърдение № 1: „В училище харесвам всички хора, които познавам“ – 38,3% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 2: „В училище винаги се държа възпитано и прилично“ – 59,9% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 3: „В училище винаги съм добър към другите“ – 61,9% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 4: „В училище винаги съм внимателен с другите хора“ – 66,1% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 5: „В училище винаги казвам истината“ – 40,7% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 6: „В училище никога не се ядосвам“ – 12,7% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 7: „В училище никога не говоря неприлични неща“ – 31,9% от изследваните лица дават положителен отговор.

Твърдение № 8: „В училище никога не лъжа“ – 32,4% от изследваните лица дават положителен отговор.

Положителните отговори по фактор „Лъжа“ като цяло отразяват тенденцията в опитите на изследваните лица да създадат положителни впечатления за себе си. В най-висока степен тези положителни впечатления са свързани с отношението към другите. Констатира се, че повече от половината от изследваните лица представят себе си като внимателни и добре възпитани. Вероятно това се дължи на факта, че обществото традиционно одобрява този тип личностни качества и юношите се стремят да се опишат като хора, които ги притежават.

Заклучение

Обобщените данни показват, че най-висока честота на положителните отговори получават твърденията: „Когато съм на училище, се изнервям, когато нещата не вървят“ – 79,9%, „Лесно се разсейвам в час“ – 74,9%, „Когато съм на училище, ми е трудно да седя дълго време на едно място“ – 69,6%, „Когато съм на училище, често се питам дали родителите ми са доволни от мен“ – 55,8%, „Когато съм на училище, се тревожа какво ще се случи в бъдеще“ – 53,4%.

Резултатите илюстрират, че в най-голямата си част изследваните юноши преживяват тревожността, проявена в училищна

среда, като нервност, разсейване, притеснения по отношение на взаимоотношенията с родителите и бъдещето.

Получените данни доказват, че училищната среда се явява източник на тревожна симптоматика, проявяваща се под формата на безпокойства, социални притеснения, физиологични реакции и нервност за голяма част от съвременните юноши.

ЛИТЕРАТУРА

1. **Амбалова, С. (2016).** „Проблеми и механизми проявление тревожности учащихся младших классов“, Балтийский гуманитарный журнал, Т. 5, № 3 (16), стр. 86 – 89. (Ambalova, S. (2016). „Problemy i mekhanizmy proyavleniya trevozhnosti uchashchikhsya mladshikh klasov“, Baltiysky gumanitarny zhurnal, Т. 5, № 3 (16), s. 86 – 89.
2. **Андрienко, А. (2019).** „Страх и тревожность у детей младшего школьного возраста, Хуманитарни балкански изследвания, Т. 3, № 2 (4), стр. 63 – 65. (Andriyenko, A. (2019). Strakhi i trevozhnost` u detey mladshogo shol'nogo vozrasta, Khumanitarni balkanski izsledvaniya, Т. 3, № 2 (4), str. 63 – 65.)
3. **Егоренко, Т., Лобанова, А., Чумаченко, Д. (2023).** „Опросник „Школьная тревожность“ Б. Филлипа: результаты стандартизации рускоязычной версии „Тест школьной тревожности Филлипа“, Вестник практической психологии образования, Т. 20, № 3. стр. 39 – 54. (Yegorenko, T., Lobanova, A., Chumachenko, D. (2023). „Oprosnik „Shkol'naya trevozhnost“ B. Fillipsa: rezul'taty standartizatsii ruskoyazychnoy versii „Test shkol'noy trevozhnosti Fillipsa“, Vestnik prakticheskoy psikhologii obrazovaniya, Т. 20, № 3. str. 39 – 54.)
4. **Калчев, П. (2006).** Скали за тревожност в детска и юношеска възраст. Част 1. Детска проявена тревожност, София, Изток-Запад. (Kalchev, P. (2006). Skali za trevozhnost v det'ska i yunosheska vŭzrast. Chast 1. Detska proyavena trevozhnost, Sofiya, Iztok-Zapad.)
5. **Микляева, А. (2004).** Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция, Санкт Петербург, Реч. (Miklyayeva, A. (2004). Shkol'naya trevozhnost': diagnostika, profilaktika, korrektsiya, Sankt Peterburg, Rech.)

6. **Находкин, В., Кривошапкина, Ю. (2020).** „Исследования уровня школьной тревожности и способы ее коррекции“, Азимут научных исследований: педагогика и психология, Т. 9, № 3(32), стр. 350 – 352. (Nakhodkin, V., Krivoshapkina, YU. (2020). „Issledovaniya urovnya shkol'noy trevozhnosti i sposoby yeye korektsii“, Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psikhologiya, T. 9, № 3(32), str. 350 – 352.)
7. **Щетински, Д., Паспаланов, И. (1980).** „Динамика в симптомокомплекса на тревожността като личностна характеристика“, Психологична регулация на дейността, София. (Shtetinski, D., Paspalanov, I. (1980). „Dinamika v simptomokompleksa na trevozhnostta kato lichnostna kharakteristika“, Psikhologichna regulatsiya na deynostta, Sofiya.)
8. **Langley, A., Bergman, K., Piacentini, C. (2002).** „Assessment of childhood anxiety“, International Review of Psychiatry, 14, pp. 102 – 113.
9. **Myers, K., Winters, N. (2002).** „Ten-year review of rating scales. II: Scales for internalizing disorders“, Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. 41, p. 634 – 653.
10. **Reynolds, C., Richmond, B (1978).** „What I Think and Feel: A revised measure of children's manifest anxiety“, Journal of Abnormal Child Psychology, 6, pp. 271 – 280.