

ция. В "ситуации преодоления трудностей" возникала депрессивность, связанная, по мнению специалистов, с индивидуальными особенностями развития произвольного внимания, его концентрации и устойчивости, требующими дальнейших наблюдений.

**Заключение.** Полученные в ходе исследований результаты позволяют говорить о том, что успешное обучение шестилетних детей в школе и благоприятная адаптация к учебному процессу предполагают физическую, психологическую, социальную и личностную готовность к обучению. Трудности социально-психологической адаптации школьников шестилетнего возраста тесно связаны с "незрелостью" школьно-значимых функций, индивидуальными особенностями развития и состоянием здоровья детей. Диагностику и коррекцию нервно-психического развития, ориентировочное определение степени функциональной и физиологической готовности к систематическому обучению рекомендуется проводить в старших группах учреждений дошкольного образования до начала обучения в школе.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Антипенко А.Я. Интеллектуальная готовность шестилетнего ребенка к школе / А.Я. Антипенко // Пачатковая школа. — Минск, 1992. — № 4. — С. 23-29.
  2. Ефимова С.П. "Школьная зрелость" и ее связь с состоянием здоровья детей / С.П. Ефимова // Физиологические и психологические критерии готовности к обучению в школе: материалы симп. — М., 1977. — С. 27-28.
  3. Дорожевец Т.В. Изучение школьной дезадаптации / Т.В. Дорожевец // Методические рекомендации. — Минск, 1995. — 32 с.
  4. Иванова Н.В. Адаптационный период в школе. Смысл, значение, опыт / Н.В. Иванова, М.П. Кузнецова // Журнал практического психолога. — М., 1997. — № 2. — С. 6-13.
  5. Александровская Э.М. Критерии социально-психологической адаптации детей к школе / Э.М. Александровская // Проблемы адаптации в гигиене детей и подростков: сб. науч. тр. — М., 1983. — С. 32-39.
- Надійшла до редакції 18.12.2012.

## PECULIARITIES OF PSYCHO-EMOTIONAL STATE AND MENTAL CAPACITY OF JUNIOR PUPILS

Moskvyak N.V.

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА РОЗУМОВА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ



**МОСКВЯК Н.В.**

Львівський національний медичний університет ім. Данила Галицького

УДК

613.955: 612.015.5: 616-072.8

очатковий етап навчання у школі, що супроводжується впливом фізичного, емоційного, комунікативного і розумового навантаження, висуває низку вимог до особистості дитини та до її адаптивних ресурсів. У цей складний момент можуть спостерігатися різноманітні розлади адаптації: невротичні реакції, навіть з появою симптомів, які виходять за межі нормальної відповіді на стрес, а також порушення навчальної діяльності. Типовим проявом неадекватного перебігу процесу адаптації є стан тривоги [1]. Відповідно до

### ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И УМСТВЕННАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

**Москвяк Н.В.**  
**Цель работы.** Изучение уровня школьной тревожности учащихся младших классов общеобразовательных учебных учреждений в зависимости от возраста при поступлении в школу (с 6 и 7 лет) как показателя течения процесса адаптации, а также сравнительный анализ характеристик умственной работоспособности в динамике обучения.

**Методы исследования.** Оценка школьной тревожности проведена на основании результатов тестирования 150 школьников младшего школьного возраста по методике Филиппа. Уровень умственной работоспособности учащихся изучали с помощью методики корректурной пробы.

**Результаты.** Оценка общей тревожности у младших школьников показывает, что психоэмоциональное состояние значительной части обследованных (28,7%) характеризуется высоким и повышенным уровнем. У детей, начавших обучение с шестилетнего возраста, этот показатель составляет  $29,3 \pm 5,3\%$ , в то же время у их одноклассников семи лет он меньше в 2,3 раза ( $p < 0,05$ ). По отдельным показателям (фрустрация потребности в достижении успеха, страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, страх в отношениях с учителем) высокий уровень тревоги установлен исключительно у детей, которые начали обучение в школе с 6 лет. У 7-летних школьников достоверно ( $p < 0,05$ ) выше показатель повышенного уровня тревоги по таким критериям, как проблемы страха в ситуации проверки знаний и в отношениях с учителем. Психофизиологическая диагностика формирования адаптации на основании определения динамики умственной работоспособности показывает, что индивидуальные особенности реагирования контингента детей 7 лет на учебные нагрузки позволяют поддерживать более стабильный и адекватный уровень психофизиологических функций в течение длительного времени по сравнению с их одноклассниками 6 лет.  
**Ключевые слова:** младшие школьники, адаптация, школьная тревожность, умственная работоспособность.

© Москвяк Н.В. СТАТТЯ, 2013.

№ 2 2013 ENVIRONMENT & HEALTH 46

**PECULIARITIES OF PSYCHO-EMOTIONAL STATE AND MENTAL CAPACITY OF JUNIOR PUPILS**

**Moskvyak N.V.**

**Objective.** The aim of the work was to study the level of school anxiety of junior pupils depending on the age of school admission (from 6 and 7 years old) as indicators of the current process of adaptation and comparative analysis of mental capacity in the dynamics of learning.

**Study methods.** Evaluation of school anxiety was assessed on the basis of test results of 150 pupils of primary school age by Phillips method. The level of mental capacity of junior pupils was studied using by proofreading tests.

**Results.** Assessment of the general anxiety in primary schoolchildren shows that the psycho-emotional state much (28,7%) is characterized by high and increasing its level. Children who have begun training the age of six, the figure is  $29,3 \pm 5,3\%$ , while in the seven years of their classmates is smaller by 2,3 times ( $p < 0,05$ ).

Individual indicators (frustration needs to succeed, fear of self-expression, fear of the situation knowledge test, a low resistance to physiological stress and fear in a relationship with a teacher) a high level of school anxiety is set exclusively in children who started training at the school from 6 years old. At 7 years old pupils the level of school anxiety were significantly higher ( $p < 0,05$ ) than the increased on criteria such as the problem of fear in a situation knowledge test and in relations with the teacher. Psychophysiological diagnosis forming adaptation based on the determination of the dynamics of mental capacity shows that the individual characteristics of response contingent of 7 years old children to training loads can maintain a more stable and adequate level of psychophysiological functions for a long time in comparison to their classmates for 6 years old.

**Keywords:** junior pupils, adaptation, school anxiety, mental capacity.

провідних положень концепції загального адаптаційного синдрому одним з показників ступеня адаптованості дитини є її емоційне самопочуття, що дозволяє використовувати в якості критеріїв перебігу шкільної адаптації відсутність тривоги (як адаптивність) та її наявність (як дезадаптивність) [2-4]. Зважаючи на це, необхідно застосовувати комплекс психогігієнічних досліджень з метою своєчасної діагностики донозологічних зрушень у стані психічного здоров'я школярів [5]. Не менш важливою проблемою сучасної школи є адаптація дитини до навчальних навантажень. Надзвичайно інформативним критерієм, який віддзеркалює відповідність (або невідповідність) обсягу навчального навантаження стосовно функціональних

можливостей дитячого організму, є динаміка розумової працездатності.

**Метою роботи** було вивчення рівня шкільної тривожності школярів молодших класів загальноосвітніх навчальних закладів м. Львова залежно від віку на початку систематичного навчання (з 6 та 7 років) як показника перебігу процесу адаптації, а також проведення порівняльного аналізу характеристик розумової працездатності учнів у динаміці навчання.

**Матеріали і методи.** Оцінку шкільної тривожності проведено на підставі результатів тестування 150 школярів молодшого шкільного віку за методикою Філіпса [6]. Рівень розумової працездатності учнів вивчали на початку та наприкінці навчального року за до-

помогою методики коректурної проби з використанням таблиць В. Анфімова у модифікації С.М. Громбаха зі співавторами [7]. Для систематизації результатів дослідження використано таблиці MS Excel. Статистичне опрацювання проводилося за допомогою пакету STATISTSKA 8.0.

**Результати дослідження.** Оцінка загальної тривожності у молодших школярів свідчить, що стан значної частини обстежених (28,7%) характеризується високим та підвищеним її рівнем. У дітей, які розпочали навчання з шестирічного віку, цей показник становить  $29,3 \pm 5,3\%$ , а в їхніх однокласників семирічного віку він менший у 2,3 рази ( $p < 0,05$ ). Але загалом більшість дітей обох вікових груп (72,7%) має низький рівень тривожності з коливання-

Таблиця 1

Показники шкільної тривожності дітей 6-7 років (%) за тестом Філіпса

Вік дітей	6 років <sup>^</sup> (n - 85)			7 років <sup>^</sup> (n- 65)		
	1	2	3	1	2	3
Рівень шкільної тривожності	---	29,3 <sup>*</sup> ±5,3	70,7±5,3	12,7±4,5	12,7±4,5	74,7±5,8
Загальна тривожність у школі	---	29,3 <sup>*</sup> ±5,3	70,7±5,3	12,7±4,5	12,7±4,5	74,7±5,8
Переживання соціального стресу	17,3±4,4	22,7±4,8	60,0±5,6	---	23,6±5,7	76,4±5,7
Фрустрація потреби у досягненні успіху	13,3±3,9	20,0±4,6	66,7±5,4	---	21,8±5,6	78,2±5,6
Страх самовираження	---	14,7±4,1	85,3±4,1	---	---	100,0
Страх ситуації перевірки знань	30,7±5,3	38,6±5,6	30,7±5,3	---	61,8±6,5 <sup>*</sup>	38,2±6,5
Страх невідповідності очікуванням оточуючих	34,7±5,5	30,6±5,3	34,7±5,5	27,3±6,0	32,7±6,3	40,0±6,6
Низький фізіологічний опір стресу	13,3±3,9	29,3±5,2	57,4±5,7	---	38,2±6,5	61,8±6,5
Проблеми страху у стосунках з вчителем	6,7±2,3	18,7±4,5	74,6±5,0	---	38,2±6,5 <sup>*</sup>	61,8±6,5

Примітки: <sup>^</sup> – вік дітей під час вступу до школи; \* –  $p < 0,05$ ;

1 – високий рівень, 2 – підвищений рівень, 3 – низький рівень.

ника у шестирічних учнів ( $66,7 \pm 5,4\%$ ) в 1,2 рази.

Високий рівень тривоги встановлено виключно у першокласників шестирічного віку, що може певною мірою зашкодити дітям розвивати свої потреби та досягти високого результату у навчанні. Позитивним результатом проведеного нами дослідження можна вважати домінування низького рівня тривоги, пов'язаного зі страхом самовираження: у 6-річних —  $85,3 \pm 4,1\%$ , у 7-річних —  $100,0\%$ . Підвищений рівень тривоги встановлено у  $14,7 \pm 4,1\%$  дітей, які розпочали навчання у школі з 6-річного віку (табл. 1).

Особливе місце посідає страх ситуації перевірки знань: підвищений рівень тривоги за даним показником відчують  $48,7\%$  школярів з коливаннями від  $38,6 \pm 5,6\%$  у 6-річних до  $61,8 \pm 6,5\%$  у 7-річних дітей ( $p < 0,05$ ). Тобто старша вікова група більш емоційно реагує на процес опитування або виконання контрольних завдань. Високий рівень спостерігається у  $30,7 \pm 5,3\%$  учнів шестирічного віку і відсутній у семирічних. Щодо низького рівня, то показники практично не відрізняються. Майже у рівних пропорціях загалом і в окремих вікових групах перебуває показник, який характеризує страх невідповідності очікуванням оточуючих ( $p > 0,05$ ). Отримані нами показники вказують на низьку фізіологічну опірність стресу, причому у різних вікових групах рівень показника суттєво не відрізняється (6-річні —  $57,4 \pm 5,7\%$ , 7-річні —  $61,8 \pm 6,5\%$ ). Така

особливість психофізіологічних функцій дитячого організму знижує пристосованість до ситуацій стресогенного характеру. Підвищений рівень встановлено у  $29,3 \pm 5,2\%$  дітей 6 років та у  $38,2 \pm 6,5\%$  семирічних. Серед шестирічного контингенту першокласників спостерігається  $13,3 \pm 3,9\%$  осіб з високим рівнем тривоги за даним показником.

За результатами дослідження розумової працездатності на початку та наприкінці навчального року у загальноосвітньому навчальному закладі виявлено певні відмінності показників в учнів, які розпочали навчання у різні вікові періоди. Порівняльний аналіз результатів психофізіологічного тестування показав, що усі школярі, незалежно від їхнього віку у період закінчення навчального року, опрацьовували більший об'єм зорової інформації, ніж на початку.

Показники розумової працездатності учнів, що навчаються в умовах загальноосвітнього навчального закладу, свідчать, що діти старшої вікової групи (7 років) виконували роботу швидше й якісніше порівняно з учнями 6-річного віку. Це визначило дещо вищу продуктивність їхньої розумової діяльності ( $p > 0,05$ ). Встановлено, що на початку навчального року швидкість опрацювання зорової інформації у дівчаток 6 років за середньогруповими даними вірогідно вища, ніж в їхніх однокурсників-хлопчиків. У межах вікової групи дітей 7 років відмінність за цим показником невірогідна.

Об'єм виконаної роботи хлопчиками 7 років вищий ( $p < 0,05$ ) від аналогічного показника дітей 6 років. Якісні характеристики розумової роботи (кількість помилок, допущених у процесі тестування у перерахунку на 500 проглянутих знаків —  $p/500$ ), які вважаються показником довірливої уваги, в усіх школярів перебувають майже в одному діапазоні. Загальна продуктивність розумової працездатності як інтегральний показник ефективності розумової діяльності є низькою в усіх статевих вікових групах обстежених школярів (табл. 2).

Загалом зміни психофізіологічних показників учнів загаль-

ми від  $70,7 \pm 5,3\%$  у шестирічних до  $74,7 \pm 5,8\%$  у семирічних. Високий рівень тривожності зумовлений лише часткою семирічних школярів ( $12,7 \pm 4,5\%$ ). Отже, загальний емоційний стан дітей можна вважати задовільним.

Загалом високий рівень тривоги щодо переживання соціального стресу властивий  $17,3\%$  обстежених учнів загальноосвітнього навчального закладу і тільки за рахунок шестирічного контингенту. Відсутня достовірна різниця у показниках підвищеного рівня тривоги, який у школярів шестирічного віку становить  $22,7 \pm 4,8\%$ , а у семирічок —  $23,6 \pm 5,7\%$ . Основна частина дітей має низький рівень тривожності за даним показником (6-річні —  $60,0 \pm 5,6\%$ , а у 7-річних він достовірно вищий і становить  $76,4 \pm 5,7\%$ ), що сприяє розвиткові соціальних контактів з однолітками. У  $72,0\%$  молодших школярів спостерігається низький рівень тривоги, зумовлений фрустрацією потреби у досягненні успіху, але частка дітей семирічного віку є вищою ( $78,2 \pm 5,6\%$ ) від аналогічного показ-

Таблиця 2

**Показники розумової працездатності дітей 6-7 років у динаміці навчального року ( $M \pm m$ )**

Група дітей			6 років <sup>^</sup>		7 років <sup>^</sup>	
			хлопчики	дівчатка	хлопчики	дівчатка
Показники			50	50	50	50
Етап дослідження	На початку навчального року	P заг.	258,0 $\pm$ 14,7	317,1 $\pm$ 19,3*	325,3 $\pm$ 17,9**	330,7 $\pm$ 18,8
		n/500	10,5 $\pm$ 2,6	8,4 $\pm$ 1,9	8,2 $\pm$ 1,9	7,8 $\pm$ 1,8
		Q	19,7 $\pm$ 1,8	25,7 $\pm$ 2,8	24,4 $\pm$ 1,8	26,5 $\pm$ 2,7
	Наприкінці навчального року	P заг.	304,0 $\pm$ 13,9*	356,0 $\pm$ 17,4*	366,0 $\pm$ 17,6*	365,3 $\pm$ 19,2
		n/500	15,6 $\pm$ 3,2	11,3 $\pm$ 2,00	6,6 $\pm$ 1,7*	6,2 $\pm$ 1,5*
		Q	25,7 $\pm$ 1,5	26,9 $\pm$ 1,8	36,5 $\pm$ 2,8**	33,2 $\pm$ 2,7

Примітки: <sup>^</sup> — вік дітей під час вступу до школи;

\* —  $p < 0,05$ ; \*\* —  $p < 0,01$ ; P заг. — загальна кількість переглянутих знаків; n/500 — кількість помилок на 500 переглянутих знаків;

Q — загальна продуктивність розумової діяльності.

ноосвітнього навчального закладу у динаміці навчального року виявилися неоднозначними, хоча простежуються деякі загальні тенденції, що стосуються передусім швидкісних характеристик розумової діяльності.

Проведена нами комплексна оцінка коректурних проб показала, що у школярів 7 років рівень розумової працездатності у динаміці навчання має тенденцію до зростання (рис.). На початку та наприкінці навчального року відмінно виконані коректурні проби були виключно у дітей 7 років. Кількість відмінно та добре виконаних коректурних проб у цій віковій групі наприкінці навчального року закономірно зростає.

**Висновки**

1. Вірогідна різниця у рівнях шкільної тривожності за низ-

кою критеріїв серед обстежених дитячих контингентів обох вікових груп вказує на більш адекватний перебіг психологічної адаптації серед школярів, які розпочали систематичне шкільне навчання у 7 років.

2. Психофізіологічна діагностика формування адаптації на підставі визначення динаміки розумової працездатності свідчить, що індивідуальні особливості реагування контингенту дітей 7 років на навчальні навантаження дозволяють підтримувати більш стабільний та адекватний рівень психофізіологічних функцій протягом тривалого часу порівняно з їхніми однокласниками 6 років.

Таким чином, отримані результати зумовлюють необхідність визначення заходів щодо



оптимізації перебігу адаптації у загальноосвітньому навчальному закладі, а саме: моніторингу психофізіологічних функцій та психоемоційного стану молодших школярів як об'єктивних показників формування та стану їхньої адаптації.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Польша Н.С. Рівень шкільної тривожності як критерій психоемоційної адаптації до умов навчання у загальноосвітніх закладах різних типів / Н.С. Польша, С.І. Гаркавий // Довкілля та здоров'я. — 2009. — № 3. — С. 40-42.

2. Яцула М.С. Синдром шкільної дезадаптації: актуальність проблеми у першокласників / М.С. Яцула, С.Л. Няковський // Педіатрія, акушерство та гінекологія — 2008. — № 1. — С. 17-19.

3. Белих Н.А. Особливості психоемоційного статусу дітей, які виховуються у соціально дезадаптованій сім'ях / Н.А. Белих // Современная педиатрия. — 2008. — № 1. — С. 23-27.

4. Височина І.Л. Психологічна адаптованість вихованців дитячих будинків та шкіл-інтернатів / І.Л. Височина, О.Є. Абатурова // Современная педиатрия. — 2008. — № 1. — С. 28-31.

5. Сергета І.В. Наукові принципи психогігієнічної діагностики стану здоров'я дітей, підлітків та молоді / І.В. Сергета, О.Ю. Браткова, О.П. Мостова [та ін.] // Довкілля та здоров'я. — 2012. — № 4. — С. 21-25.

6. Максименко С. Адаптація дитини до школи / С. Максименко, К. Максименко, О. Плавник. — К.: Мікрос-СВС, 2003. — 110 с.

7. Методические рекомендации по комплексной оценке состояния здоровья детей и подростков при массовых врачебных осмотрах / Под ред. С.М. Громбаха. — М.: Медицина, 1982. — 17 с.

Надійшла до редакції 10.01.2013.

**Рисунок**  
**Розподіл дітей 6-7 років за показниками комплексної оцінки виконаних коректурних проб у динаміці навчання, %**

