

## ANXIETATEA ȘCOLARĂ LA COPIII CLASELOR PRIMARE

*Racu Iulia, dr., conf. univ.,  
UPS „Ion Creangă” din Chișinău*

CZU: 159.942:373.3

### Abstract

Article presents the results of an experimental research of school anxiety at small school children. In our research were included 78 children with age 9 till 11. 23,08% of small school children presents a high level of school anxiety. For girls is characteristic a higher level of school anxiety than for boys. 9 years old children express more school anxiety than other children.

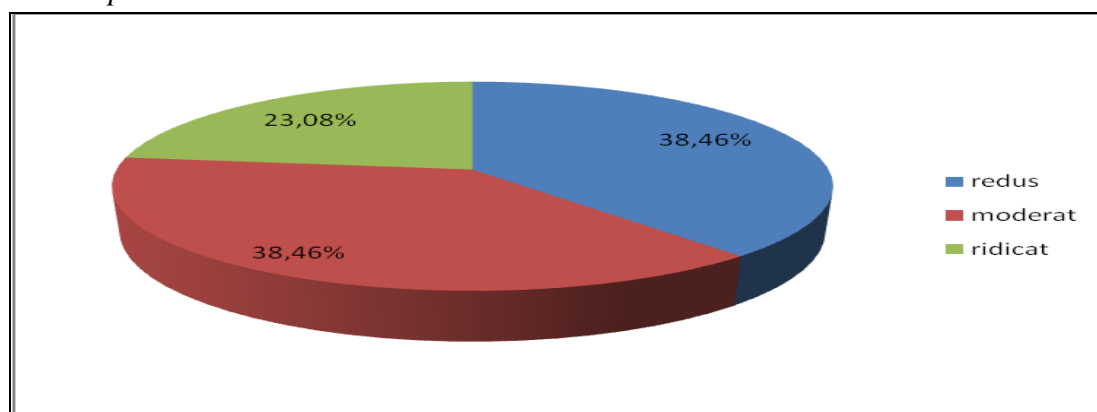
**Key-words:** school anxiety, factors of school anxiety, small schoolchildren.

O etapă importantă în dezvoltarea copilului este școlaritatea mică. Potrivit lui C. Bethell, școlarii mici suferă de anxietate. Școlarii mici ce prezintă anxietate se simt: triști, deprimați, neubiți, neliniștiți, temători sau singuri [2].

D. Papalia, E. Verza și F. Verza afirmă că pentru școlaritatea mică sunt caracteristice anxietățile, fricile și fobiile legate de școală. D. Papalia evidențiază faptul că copiii cu fobie de școală simt o frică lipsită de realism față de mersul la școală. Fobia de școală poate fi un tip de tulburare anxioasă de separare, afecțiune care implică anxietate excesivă, timp de, cel puțin, patru săptămâni, cu privire de despărțirea de casă sau de persoanele de care este atașat copilul [2, 4].

J. Eckerslyed menționează că refuzul de a merge la școală uneori cunoscut și sub denumirea de „fobia școlii” – constituie cea mai frecventă fobie a copilăriei [1].

Cercetarea întreprinsă a anxietății școlare la copiii claselor primare a avut ca punct de plecare presupunerea că: *există diferențe în manifestarea anxietății școlare și a factorilor anxietății școlare la școlarii mici în dependență de gen și vârstă*. Lotul supus cercetării a fost constituit din 78 de copiii din clasele primare. Pentru a evidenția acest tip de anxietate la școlarii mici de 9 ani, 10 ani și 11 ani, am administrat *Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips*.



**Fig. 1. Frecvențele pe nivele pentru anxietate școlară pentru școlarii mici (9, 10, 11 ani)**

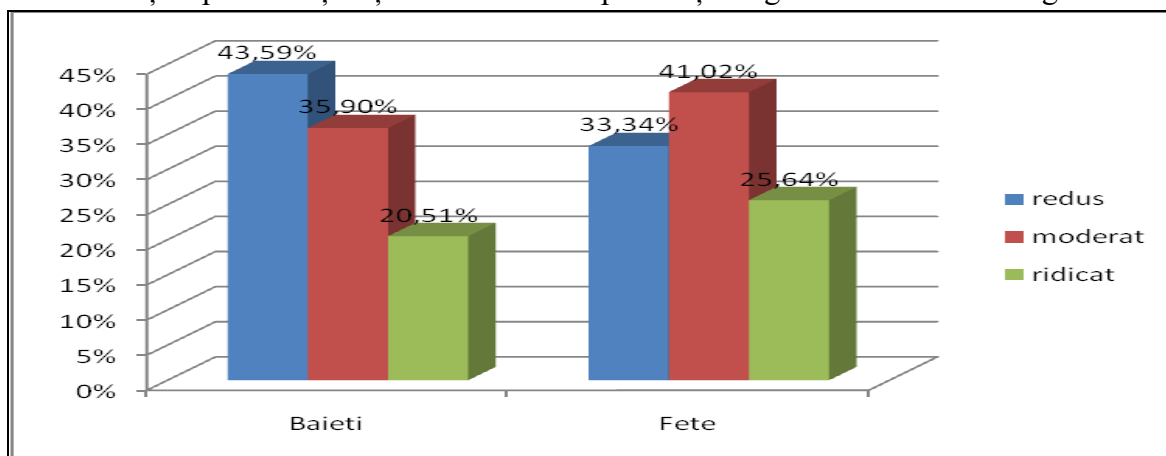
Același număr de școlari mici, (38,46%), au nivel redus de AȘ și nivel moderat de AȘ. Școlarii mici cu nivel redus de AȘ sunt liniștiți, destinși, stăpâniți și echilibrați în procesul de studii. În situațiile de verificare, evaluare și apreciere a cunoștințelor, acești școlari mici reușesc să-și păstreze calmul și cumpătarea, își pot stăpâni emoțiile și sentimentele. În relațiile cu învățătorul și colegii de clasă manifestă tact în acțiune și vorbire. O notă distinctivă pentru ei este încrederea în sine și în potențialul propriu, atitudinea pozitivă față de sine. Pentru școlarii mici cu

nivel moderat de AŞ vom menţiona faptul că, în viaţa şcolară, frecvent simt nelinişte, agitaţie şi impaciţă. În contextul comunicării cu învăţătorul şi colegii de clasă adesea exprimă temeri, sentimente de îndoială, ruşine şi prudenţă. Specific pentru aceşti elevi este şi un nivel mediu al încrederii în sine, în capacităţile şi posibilităţile proprii. În situaţia de verificare a cunoştinţelor devin susceptibili şi simt nevoia de a se sprijini pe grup. Copiii încearcă să rămână neobservaţi la lecţii, nu manifestă iniţiativă, nu doresc să răspundă din propria dorinţă etc.

23,08% din şcolarii mici manifestă nivel ridicat de AŞ. Ei se caracterizează prin faptul că în activitatea şcolară permanent trăiesc o stare nedefinită de primejdie, anticipează nereuşita şi nerealizarea lor şcolară, manifestă teamă faţă de posibilele evaluări sociale. În faţa unei noi sarcini încearcă senzaţia de incapacitate, de inaptitudine pentru cerinţa atribuită şi de aici apare tendinţa de a fugi de evidenţă şi responsabilitate. Treptat aceşti şcolarii mici se simt tot mai nesiguri de propriile mijloace şi posibilităţi, devin pesimişti. Ei trăiesc în forul lor interior experienţe umilitoare, care le creează un sentiment de autodispreţ, se simt trişti, pentru simplul motiv, că nu pot duce la îndeplinire o anumită activitate. Pun la inimă cele ce se întâmplă, se descurajează, la orice obstacole minore se simt depăşiţi. Au un sentiment de frustrare, de vid interior şi de disperare urmată de o activitate tensionată de căutare, de găsire a unei rezolvări la problema care îi frământă.

În clasă au relaţii mai dificile cu cei din jur şi se lovesc de greutăţi mai mari în activitatea de învăţare. Aceşti copii mai sunt şi: hipermeticuloşi, hipercorecţi, ordonaţi, cu zel excesiv în rezolvarea temelor şcolare, cu tendinţă exagerată în privinţa ordinii şi curăţeniei. Ei sunt conformişti, perfecţionişti, permanent stresaţi că nu vor avea o prestaţie perfectă care să corespundă exigenţelor învăţătorilor sau chiar propriilor standarde.

Frecvenţele pentru AŞ la şcolarii mici în dependenţă de gen sunt ilustrate în figura 2.



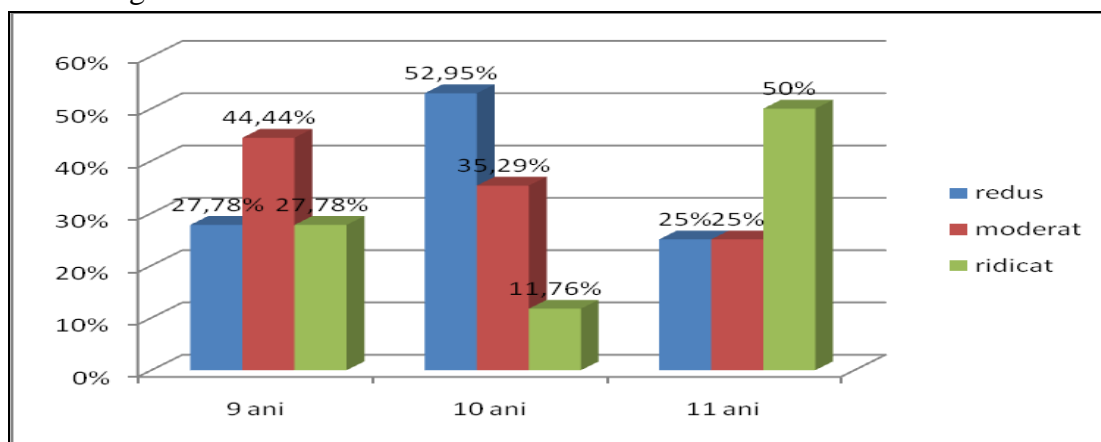
**Fig. 2. Frecvenţele pe nivele pentru anxietate şcolară pentru şcolarii mici (9, 10, 11 ani), în dependenţă de gen**

Pentru băieţi, frecvenţele s-au repartizat după cum urmează: 43,59% din băieţi se caracterizează prin nivel redus de AŞ, 35,90% din băieţi dau dovadă de nivel moderat de AŞ şi 20,51% din băieţi trăiesc un nivel ridicat de AŞ. Pentru fete, frecvenţele pentru nivelele AŞ sunt distincte: 33,34% din fete au nivel redus de AŞ, 41,02% din fete prezintă nivel moderat de AŞ şi 25,64% din fete exprimă nivel ridicat de AŞ.

Comparând frecvenţele şcolarelor mici pentru nivele AŞ, vom consemna: nivelul redus de AŞ prevalează la băieţi (43,59%) comparativ cu fetele (33,34%). Nivelul moderat de AŞ este mai pregnant la fete (41,02%) decât la băieţi (35,90%). Aceeaşi tendinţă se păstrează şi pentru cel

mai intens nivel de AȘ, astfel nivelul ridicat de AȘ este mai evident la fete (25,64%) comparativ cu băieții (20,51%).

Frecvențele pentru nivelele AȘ la școlarii mici de 9 ani, 10 ani și cei de 11 ani sunt prezentate în figura 3.



**Fig. 3. Frecvențele pe nivele pentru anxietate școlară pentru școlarii mici (9, 10, 11 ani), în dependență de vârstă**

La școlarii mici de 9 ani identificăm următoarele frecvențe pentru nivelele AȘ: 27,78% din școlarii mici demonstrează nivel redus de AȘ, 44,44% din școlarii mici prezintă nivel moderat de AȘ și la 27,78% din școlarii mici se înregistrează nivel ridicat de AȘ. Pentru școlarii mici de 10 ani vom menționa că frecvența cea mai mare o observăm pentru nivelul redus de AȘ (52,95%), apoi urmează nivelul moderat de AȘ, cu o frecvență de 35,29% și, pentru nivelul ridicat de AȘ, evidențiem o frecvență de 11,76%. La școlarii mici de 11 ani identificăm o frecvență identică pentru nivelul redus de AȘ și nivelul moderat de AȘ (25%), în timp ce 50% din școlari manifestă nivel ridicat de AȘ.

Analiza comparativă a frecvențelor pentru nivelele AȘ ne permite să atestăm că nivelul redus de AȘ este în mai mare măsură caracteristic școlarii mici de 10 ani (52,95%) și 9 ani (27,78%), spre deosebire de cei de 11 ani (25% – 2 școlari mici). Pentru nivelul moderat de AȘ consemnăm o descreștere a frecvențelor de la 9 ani spre 10 ani și de la 10 ani spre 11 ani (44,44%, 35,29%, 25% – 2 școlari mici). În cazul nivelului ridicat de AȘ frecvența cea mai mare o identificăm la școlarii mici de 9 ani (27,78%) și cei de 10 ani (11,76%), fiind urmați de cei de 11 ani (50% – 4 școlari mici).

Statistic, după testul U Mann-Whitney, stabilim diferențe semnificative pentru nivelul ridicat de AȘ între rezultatele școlarii mici de 9 ani și rezultatele școlarii mici de 10 ani ( $U=5,5, p \leq 0,05$ ), cu rezultate mai mari pentru școlarii mici de 9 ani. Școlarii mici de 9 ani au o AȘ mai accentuată comparativ cu școlarii mici de 10 ani. AȘ ridicată la copiii mai mici ar putea fi cauzată de contextul familial, contextul școlar și nivelul de dezvoltare cognitivă, emoțională și de personalitate a copilului. Membri ai familiei care suferă de probleme emoționale sau de anxietate, o educație ce supraprotejază copilul și creează dependența acestuia de părinți, părinți care se implică puțin în creșterea copilului pot duce la intensificarea AȘ. De asemenea vom menționa și învățătoarea, care poate fi sarcastică, exigentă, pretențioasă și factori ce țin de copil: o insuficientă pregătire și maturizare cognitivă, emoționalitate fragilă, vulnerabilitate, responsabilitate accentuată, teama de eșec, teama de a dezamăgi și relațiile conflictuale cu

învățătorii sau colegii determină existența anxietății școlare. Considerăm că AȘ este specifică pentru începutul și mijlocul școlarității mici, iar odată cu maturizarea se diminuează.

*Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips* scoate în evidență și factorii AȘ cum ar fi: trăirea stresului social, frustrarea necesității de atingere a succesului, frica de autoafirmare, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor, frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur, rezistența fiziologică joasă la stres și problemele și temerile în relațiile cu profesorii. Frecvențele pentru nivelele de intensitate a acestor factori la școlarii mici sunt prezentate în tabelul 1.

**Tabelul 1. Frecvențele pentru factorii anxietății școlare la școlarii mici**

Factorii anxietății școlare	Redus	Moderat	Ridicat
	Frecvența		
Trăirea stresului social	64,10%	17,95%	17,95%
Frustrarea necesității de atingere a succesului	47,44%	42,31%	10,25%
Frica de autoafirmare	38,47%	25,64%	35,89%
Frica de situațiile de verificare a cunoștințelor	20,51%	35,89%	43,60%
Frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur	43,60%	29,48%	26,92%
Rezistența fiziologică joasă la stres	37,18%	15,38%	47,44%
Problemele și temerile în relațiile cu profesorii	16,67%	60,26%	23,07%

17,95% din școlarii mici prezintă nivel ridicat de trăire a stresului social, 10,25% din școlarii mici manifestă nivel ridicat de frustrare a necesității de atingere a succesului, 35,89% din școlarii mici exprimă nivel ridicat de frică de autoafirmare, 43,60% din școlarii mici înfățișează nivel ridicat de frică de situațiile de verificare a cunoștințelor, 26,92% din școlarii mici se caracterizează prin nivel ridicat de frică de a nu corespunde expectanțelor celor din jur, 47,44% din școlarii mici trăiesc nivel ridicat de rezistență fiziologică joasă la stres și 23,07% din școlarii mici au nivel ridicat de probleme și temeri în relațiile cu profesorii.

Cele mai înalte frecvențe pentru nivelul ridicat al factorilor AȘ le evidențiem pentru rezistența fiziologică joasă la stres (47,44%), frica de situațiile de verificare a cunoștințelor (43,60%) și frica de autoafirmare (35,89%). La un număr mai mic de școlari mici consemnăm și frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur (26,92%), probleme și temeri în relațiile cu profesorii (23,07%), trăirea stresului social (17,95%) și frustrarea necesității de atingere a succesului (10,25%).

În continuare vom investiga interrelațiile între AȘ și factorii AȘ, după coeficientul de corelație liniară Pearson.

**Tabelul 2. Corelațiile între AȘ și factorii AȘ, după Pearson**

Variabilele	Coeficientul de corelații	Pragul de semnificații
AȘ / trăirea stresului social	r=0,6317	p≤0,01
AȘ / frustrarea necesității de atingere a succesului	r=0,6946	p≤0,01
AȘ / frica de autoafirmare	r=0,4392	p≤0,01
AȘ / frica de situațiile de verificare a cunoștințelor	r=0,6526	p≤0,01
AȘ / frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur	r=0,677	p≤0,01
AȘ / rezistența fiziologică joasă la stres	r=0,7932	p≤0,01
AȘ / problemele și temerile în relațiile cu profesorii	r=0,7009	p≤0,01

În tabelul 2 sunt prezentate 7 corelații semnificative pozitive între AȘ și trăirea stresului social ( $r=0,6317$ ,  $p\leq 0,01$ ), între AȘ și frustrarea necesității de atingere a succesului ( $r=0,6946$ ,  $p\leq 0,01$ ), între AȘ și frica de autoafirmare ( $r=0,4392$ ,  $p\leq 0,01$ ), între AȘ și frica de situațiile de verificare a cunoștințelor ( $r=0,6526$ ,  $p\leq 0,01$ ), între AȘ și frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur ( $r=0,677$ ,  $p\leq 0,01$ ), între AȘ și rezistența fiziologică joasă la stres ( $r=0,7932$ ,  $p\leq 0,01$ ) și între AȘ și problemele și temerile în relațiile cu profesorii ( $r=0,7009$ ,  $p\leq 0,01$ ),

Școlarii mici ce dau dovadă de punctaj ridicat pentru AȘ (*Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips*) prezintă și punctaj ridicat pentru trăirea stresului social, frustrarea necesității de atingere a succesului, frica de autoafirmare, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor, frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur, rezistența fiziologică joasă la stres, probleme și temeri în relațiile cu profesorii (*Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips*).

Am studiat și frecvențele pentru nivelul ridicat la factorii AȘ la școlarii mici, în dependență de gen. Rezultatele pentru factorii AȘ la băieți și fete sunt prezentate în tabelul 3.

**Tabelul 3. Frecvențele pentru nivelul ridicat la factorii anxietății școlare la școlarii mici în dependență de gen**

Factorii anxietății școlare	Băieți	Fete
	Frecvența	
trăirea stresului social	17,95%	17,95%
frustrarea necesității de atingere a succesului	10,25%	10,25%
frica de autoafirmare	38,46%	33,33%
frica de situațiile de verificare a cunoștințelor	35,89%	51,28%
frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur	25,64%	28,20%
rezistența fiziologică joasă la stres	46,16%	48,72%
problemele și temerile în relațiile cu profesorii	23,08%	23,08%

Pentru băieți constatăm că cele mai mari frecvențe sunt caracteristice pentru rezistența fiziologică joasă la stres (46,16%), frica de autoafirmare (38,46%), frica de situațiile de verificare a cunoștințelor (35,89%). Mai puțini băieți dau dovadă și de nivel ridicat de frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur (25,64%), probleme și temeri în relațiile cu profesorii (23,08%), trăirea stresului social (17,95%) și frustrarea necesității de atingere a succesului (10,25%). La fete consemnăm următoarele: 51,28% din fete prezintă nivel ridicat de frica de situațiile de verificare a cunoștințelor, 48,72% din fete manifestă nivel ridicat de rezistența fiziologică joasă la stres, 33,33% din fete au nivel ridicat de frica de autoafirmare și 28,30% din fete trăiesc accentuat frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur. Un număr mai mic de fete se caracterizează prin nivel ridicat de trăire a stresului social (17,95%) și frustrarea necesității de atingere a succesului (10,25%).

Comparând frecvențele pentru nivelul ridicat a băieților cu cele ale fetelor, pentru fiecare factor în parte, vom semnală că pentru băieți este mult mai caracteristică frica de autoafirmare (38,46%), iar pentru fete sunt mai particulare frica de situațiile de verificare a cunoștințelor (51,28%), rezistența fiziologică joasă la stres (48,72%) și frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur (28,20%). Totodată, constatăm frecvențe similare în rândul băieților și fetelor pentru probleme și temeri în relațiile cu profesorii (23,08%), trăirea stresului social (17,95%) și frustrarea necesității de atingere a succesului (10,25%).

Studiul factorilor AŞ a cuprins și identificarea frecvențelor la școlarii mici în dependență de vârstă. Frecvențele pentru factorii AŞ la școlarii mici de 9 ani, 10 ani și cei de 11 ani sunt ilustrate în tabelul 4.

**Tabelul 4. Frecvențele pentru nivelul ridicat la factorii anxietății școlare la școlarii mici, în dependență de vârstă**

Factorii anxietății școlare	9 ani	10 ani	11 ani
	Frecvența		
trăirea stresului social	19,44%	14,70%	25%
frustrarea necesității de atingere a succesului	8,33%	8,82%	25%
frica de autoafirmare	33,34%	29,42%	75%
frica de situațiile de verificare a cunoștințelor	55,56%	29,42%	50%
frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur	30,55%	11,76%	75%
rezistența fiziologică joasă la stres	55,56%	38,23%	50%
problemele și temerile în relațiile cu profesorii	33,34%	11,76%	25%

La școlarii mici de 9 ani vom scoate în evidență următoarele frecvențe pentru nivelul ridicat în descreștere: 55,56% din școlarii mici dau dovadă de frică de situațiile de verificare a cunoștințelor și de rezistența fiziologică joasă la stres, 33,34% din școlarii mici au frica de autoafirmare și probleme și temeri în relațiile cu profesorii, 30,55% din școlarii mici manifestă frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur, 19,44% din școlarii mici trăiesc stresul social și la 8,33% din școlarii mici remarcăm nivel ridicat de frustrare a necesității de atingere a succesului. Pentru școlarii mici de 10 ani identificăm următoarele: 38,23% din școlarii mici manifestă rezistență fiziologică joasă la stres, 29,42% din școlarii mici prezintă frică de autoafirmare și frică de situațiile de verificare a cunoștințelor, 14,70% din școlarii mici arată trăirea stresului social, pentru 11,76% din școlarii mici sunt particulare frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur și probleme și temeri în relațiile cu profesorii și 8,82% din școlarii mici exprimă frustrarea necesității de atingere a succesului. Pentru școlarii mici de 11 ani frecvențele s-au repartizat după cum urmează: 75% din școlarii mici au frica de autoafirmare și frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur, la 50% din școlarii mici evidențiem: frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și rezistența fiziologică joasă la stres, și 25% din școlarii mici trăiesc stresul social, frustrarea necesității de atingere a succesului și probleme și temeri în relațiile cu profesorii.

Analiza frecvențelor pentru fiecare factor al AŞ ne permite să remarcăm că frica de situațiile de verificare a cunoștințelor (55,56%), rezistența fiziologică joasă la stres (55,56%), frica de autoafirmare (33,34%), problemele și temerile în relațiile cu profesorii (33,34%), frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur (30,55%) și trăirea stresului social (19,44%) se manifestă la cei mai mulți școlari mici de 9 ani. La același număr de școlari mici de 9 ani și cei de 10 ani se întâlnește frustrarea necesității de atingere a succesului (8,33% și 8,82%).

Rezultatele noastre au relevat esența fenomenului AŞ la școlarii mici. În continuare vom expune principalele concluzii:

AŞ este pronunțată în școlaritatea mică. Școlarii mici cu AŞ deseori manifestă temeri că o să întârzie, c-o să uite să îndeplinească o anumită sarcină, că n-o să știe la test, c-o să fie evaluat și apreciat sau că o să fie agresați de copiii bătauși. Se poate să se teamă să nu își dezamăgească sau să-și supere învățătoarea sau părinții. Teama de respingere sau de ridicol poate deveni trăire foarte intensă. Unii din copiii cu AŞ au un simț al responsabilității și îndatoririi foarte dezvoltat.

Ei simt că trebuie să fie perfecți, să nu facă niciodată vreo greșeală, să nu provoace învățătoarei, colegilor și părinților vreo supărare.

Fetele prezintă AȘ mai accentuată comparativ cu băieții. Vom explica această diferență, cel mai probabil prin diferențele în dezvoltare precum maturizarea mentală și cea sociomorală. Fetele tind să își facă mai multe griji, tind să fie mai timide, să se îndoiască de ele și să fie preocupate excesiv de îndeplinirea așteptărilor învățătoarei și părinților. Ele caută aprobare și au nevoie de asigurări constante, și îngrijorările lor par a fi independente de performanțele școlare sau de părerea altora despre ele.

AȘ este o problemă cu care se confruntă mai intens copiii de 9 ani. Susceptibilitatea școlarii mici poate fi condiționată de familie (un membru al familiei anxios, îngrijorat, depresiv, stresat, o educație supraprotectoare sau indiferentă) sau de învățătoare (reproșuri, ridiculizarea copilului când greșește, învățătoarea crește ostilitatea între copii sau grupuri de copii).

Trăirea stresului social, frustrarea necesității de atingere a succesului, frica de autoafirmare, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor, frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur, rezistența fiziologică joasă la stres și problemele și temerile în relațiile cu profesorii sunt factorii declanșatori de AȘ la școlarii mici. Dintre factorii enumerați, o pondere mai mare în explicarea AȘ o au: rezistența fiziologică joasă la stres, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și frica de autoafirmare.

O analiză mai detaliată a factorilor AȘ indică faptul că scorurile intense a AȘ a băieților pot fi asociate cu frica de autoafirmare, pe când anxietatea școlară a fetelor se datorează mai mult fricii de situațiile de verificare a cunoștințelor, rezistența fiziologică joasă la stres și frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur.

Rezultatele școlarii mici de 9 ani indică o dominanță în AȘ a fricii de situațiile de verificare a cunoștințelor, rezistența fiziologică joasă la stres, frica de autoafirmare, problemele și temeri în relațiile cu profesorii și trăirea stresului social. Frustrarea necesității de atingere a succesului condiționează AȘ atât la școlarii mici de 9 ani, cât și la cei de 10 ani.

#### **BIBLIOGRAFIE**

1. ECKERSLEYD, J. *Copilul anxios. Adolescentul anxios*. Tr. de B. Chircea. Prahova: Antet XX Press, 2005.
2. PAPALIA, D.; WENDKOS OLDS, S.; DUSKIN FIELDMAN, R. *Dezvoltarea umană*. Tr. de A. Mîndrilă-Sonetto. București: TREI, 2010.
3. RACU, I.U. *Psihologia anxietății la copii și adolescenți*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2020.
4. VERZA, E.; VERZA, F. *Psihologia copilului*. București: TREI, 2017.