

Влияние учебного процесса на тревожность ребенка

Моисеева Дарья Сергеевна

Студент (магистр)

Мордовский государственный педагогический университет им. М. Е. Евсевьева, Саранск,
Россия

E-mail: dar.moi2015@gmail.com

По последним наблюдениям практических психологов количество детей с выраженным уровнем тревожности растет. Как следствие замечено влияние определенных факторов как на психологическое состояние детей, так и на их успеваемость. Применение определенных принципов и методик в ведении учебного процесса, по нашему предположению, может способствовать нормализации тревожного состояния личности ребенка.

Тревожность представляет собой дисгармоничное состояние индивида, которое характеризуется фоновым беспокойством и напряжением, раздражительностью, суетливостью, либо наоборот полным застреванием, апатичностью, отсутствием уверенности в себе. Однако, у данного феномена есть не только отрицательные черты, о которых чаще всего упоминают, но и положительные, такие как повышение мобилизационных и адаптивных способностей личности. Для того чтобы понять эту тонкую грань необходимо обратиться к классификации рассматриваемого нами феномена.

Автором самой популярной типологии тревожности является американский психолог Ч. Спилберг. Данным специалистом было выделено два вида тревожных состояний индивида.

1. Тревожность, появившаяся в результате ответной реакции на внешнюю непродолжительную ситуацию, у которой есть начало и конец.

2. Тревожность, которая является вшитой в структуру личности и проявляется в том, что индивид начинает на ее основе видеть мир искаженно, а ситуации часто могут восприниматься через призму тревожности, даже если не являются таковыми [3].

Тревожность современного школьника может быть вызвана множеством факторов:

1. Конкуренция. В условиях современного мира ученики находятся в конкурентной среде, где учащиеся соревнуются за лучшие оценки в результате чего на фоне страха неудачи и сравнения себя с одноклассниками может возрасти тревожность.

2. Недостаток времени. Большое количество учебных мероприятий, кружки вне школы практически не оставляют время на тот большой объем домашнего задания, который предлагает современный образовательный процесс, постоянные переживания на фоне погони за временем и отсутствие полноценного отдыха.

3. Отсутствие психологической поддержки со стороны родителей и учителей.

4. Психосоциальные факторы: отношения со сверстниками, атмосфера в учебном коллективе, буллинг.

5. Влияние технологий. Доступ к большому количеству информации приводит к трудностям ее фильтрации, периодически могут возникать сложности с работой сайтов, либо непосредственно с интернет-соединением, имеет место постоянное отвлечение на развлекательный контент.

В работах современных представителей все чаще можно встретить такой вид рассматриваемого нами состояния, как школьная тревожность, который связан, что очевидно, с ситуациями социального взаимодействия в рамках школьного обучения. Педагоги и психологи могут идентифицировать его по определенным поведенческим маркерам: в поведении ученика на уроке доминирует инертность, он не стремится отвечать, вступать в

дискуссии, пытается спрятаться за других, опускает глаза в парту, а при нацеленном на него внимании учителя и сверстников на уроке можно заметить его растерянность. С физиологической точки зрения это проявляется в дрожании голоса, рук, ног, заламывании кистей. С когнитивной точки зрения можно отметить «амнезию ответа» (невротическое торможение речи, ранее изученная информация «теряется» в голове в результате доминирования тревожного состояния), нарушение концентрации и запоминания, замедление познавательной деятельности [1,2].

Для подросткового возраста становится актуальной так называемая «самооценочная тревожность» – вид тревоги, которая берет свое начало из переживаний личности по поводу своей внешности и способностей. Данный феномен начинает активно развиваться в процессе сравнении индивида с другими людьми одного с ним возраста [4].

В процессе исследования, проводимого на базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №17», г. Рузаевка, Республика Мордовия, мы старались учитывать, что уровень тревожности может во многом зависеть и от возрастных особенностей, и ведущей деятельности личности той или иной возрастной категории. При анализе результатов исследовательской работы это позволило нам сделать поправку на то, что школьная тревожность может быть более актуальна для учащихся начальных (младший школьный возраст) и старших (младший юношеский возраст) классов ввиду смены института социализации и эффекта новизны (знакомство со школой как новым институтом социализации для начальных классов и грядущее поступление в вузы либо уход в армию для старших классов), а для подросткового возраста – ввиду гормональной перестройки организма.

Непосредственно результаты нашего исследования действительно показали повышенный уровень отдельных видов тревожности в зависимости от текущего возрастного периода испытуемых. Декларируемые нами факторы фактической или грядущей смены института социализации, влияющие на тревожность начальных и старших классов, действительно оказались очень актуальными. В подростковом же возрасте учеба как таковая отходит на второй план, основные переживания личности занимают межличностные отношения со своими сверстниками, поэтому у данной возрастной категории в большинстве случаев степень школьной тревожности в пределах нормы, а самооценочная тревожность, которая не обязательно связана со школьным обучением, оказалась ярко выраженной.

Источники и литература

- 1) Агишева, А. А. Конструктивный потенциал тревожности и подходы к его пониманию // Российский психологический журнал. – 2023. – № 20 (4). – С. 42-62.
- 2) Мисунов, С. Н. Понятие тревожности // Вестник науки. – 2021. – № 2 (35). – С. 17-20.
- 3) Смахтина, Т. А. Теоретический анализ к понятию «тревожность» // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2021. – № 10-4 (78). – С. 138-140.
- 4) Старшина, И. В. Феномен тревожности // Преподаватель XXI века. – 2007. – № 1. – С. 183-187.