



ШКОЛА

ВЫПУСК 30

апрель 2017

БЕЗ ОПАСНОСТИ

Тема номера: «Почему тревожно в школе...»

Данные мониторинговых исследований, которые специалисты Центра ППМС-помощи проводят в рязанских школах, дают серьёзный повод для размышлений. Каждый пятый учащийся начальных классов имеет повышенную школьную тревожность, при этом почти половина детей испытывает страхи в ситуациях проверки знаний, а четверть младших школьников – страхи в отношениях с учителями.

В каждом школьном классе ученики уверены, что учителя никогда или почти никогда: – не смотрят, есть ли у них всё, что нужно для школы (в среднем 6-7 чел.); – не находят время, чтобы помочь им улучшить учёбу (в среднем 4 чел.); – не заботятся о них и не уделяют детям время, когда им нужна помощь (в среднем 2-3 чел.); – не относятся к ним справедливо (в среднем 2 чел.).

Школьное обучение (познание нового, проверка знаний, умений и навыков) всегда сопровождается повышением тревожности. Более того, некоторый оптимальный уровень тревоги активизирует обучение, делая его эффективнее. Небольшая тревога – фактор мобилизации внимания, памяти, интеллектуальных способностей. Но когда уровень тревожности превышает оптимальный предел, ученика охватывает паника. Откуда берётся повышенная тревожность? Главным источником тревог ребят младшего возраста являются особенности семейного воспитания. К ним относятся:

1. Несоответствие детей престижным устремлениям родителей.
2. Различные виды семейного неблагополучия.
3. Тревожность самих родителей.
4. Эмоциональное неблагополучие родителей.
5. Личностные особенности матерей.

Матери тревожных детей делятся на три

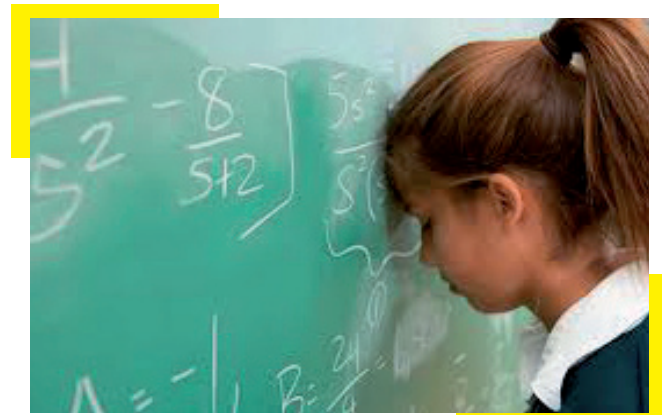
группы:

- активные, сильные, стремящиеся полностью контролировать жизнь ребёнка и всей семьи;
- ригидные (отсутствие гибкости в решении проблемных ситуаций);
- беспомощно-пассивные.

6. Непредсказуемость поведения родителей.

В дальнейшем роль семьи значительно уменьшается, зато возрастает роль школы. Среди негативных факторов, стимулирующих рост тревожности ученика, исследователи отмечают три наиболее значимых – школьная успешность, взаимоотношения со сверстниками, взаимоотношения с учителем.

Школьная успешность как источник тре-



вожности:

- неудовлетворённость успеваемостью;
- ожидание от родителей наказания, выговоров, недовольного разочарования, снисходительности, равнодушия;
- инфантильная (подходящая более младшему возрасту) позиция по отношению к учителю.

Взаимоотношения со сверстниками как источник тревожности:

- тревожность нередко выступает в качестве основного мотива общения, порождая зависимость от сверстников.
- тревожные дети часто воспринимают группу

сверстников как ненадёжную, доминантную, отвергающую. Не так особенности общения влияют на возникновение тревожности, как тревожность определяет характеристики такого общения.

Взаимоотношения с учителем как источник тревожности:

- завышенные требования, не адекватные возможностям ребёнка (непомерно сложная программа обучения, постановка сверхсложных задач, отсутствие ориентации на уровень способностей конкретного ученика и учёта его индивидуально-личностных особенностей);
- стиль педагогической деятельности – авторитарный (превалирование угроз, наказаний, вербальной агрессии, унижения достоинства ученика, жёсткость и догматизм);
- противоречивые требования (педагог сегодня запрещает то, что разрешалось вчера, неуравновешен и несдержан);
- сам педагог демонстрирует высокий уровень тревожности (как правило, это более всего сказывается на учащихся в ситуациях оценивания или публичного выступления – они не получают от педагога должной поддержки, ощущают незащищённость, эмоционально заражаются страхом преподавателя).

Таким образом, тревожность оказывает разрушительное воздействие на все сферы жизни детей и подростков. Она опасна не только для их соматического здоровья, но и для психологического – она провоцирует развитие нейротичности и депрессивных состояний. Взаимоотношения с учителем, одноклассниками, процесс обучения, разнообразные аспекты школьной деятельности – все эти факторы могут служить предпосылками для возникновения и (или) развития этого состояния. Эффективность обучения ребёнка порой напрямую связана с умением педагога воспрепятствовать усилению тревожности и (или) способствовать её снижению.

В обучении школьников с повышенным уровнем тревожности важно всё, каждая мелочь. Тревожные дети склонны к различным заболеваниям, особенно аллергического типа.

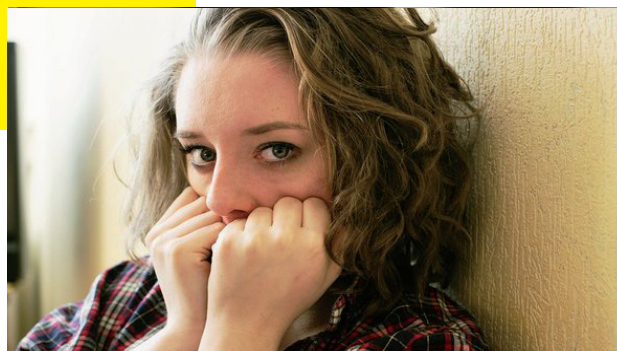
Ученик не пришёл в школу. Казалось бы, обычная рядовая ситуация. Но, ведь любому человеку, особенно больному ребёнку, приятно, когда его помнят, справляются о его здоровье. И учитель в такой ситуации должен попросить одноклассников навестить заболевшего.

Основным фактором возникновения тревожности является страх перед проверкой знаний. Именно она может стать для ученика настоящей «пыткой». Тревожному ученику прежде всего надо помочь обрести веру в себя, в свои

силы. Тревожный ребёнок всегда должен помнить, что школа – место, куда он пришёл учиться и из-за сделанной ошибки ничего плохого с ним не произойдёт.

Многие дети и подростки боятся отвечать у доски, опасаясь быть высмеянными одноклассниками, боятся сказать что-нибудь не так, выглядеть нелепо или глупо. Впоследствии подобный страх может вылиться в настоящую социофобию. Именно поэтому задача учителя – помочь преодолеть этот страх, научить не бояться выражать свои мысли. Для этого необходимо поощрять любую, даже самую маленькую инициативу ученика. Нужно всеми средствами развивать и поддерживать дух дружелюбия, взаимных услуг и доброжелательства между учениками. Учителю нужно следить и за своими действиями, замечаниями, чтобы ненароком не обидеть школьников.

Тревожный ученик всегда напряжён. Поэтому в работе с ним на уроках учителю необходимо время от времени «разряжать обстановку», создавать неофициальную атмосферу, в которой тревожные дети чувствуют себя гораздо лучше. Очень важно повышать у тревожных школьников самооценку, поощрять и поддер-



живая самостоятельность как в учебной, так и во внеурочной работе, сочетая коллективную, групповую и индивидуальную деятельность.

Без уважения, доверия и любви своих учеников учитель не добьётся поставленной цели. Педагог должен научиться быть требовательным, но снисходительным, весёлым и живым, но не высокомерным. Особенно с тревожными учащимися важно общаться ровно, не лукавя; учитывая их особенности, спокойно, не позволяя оскорбления и насмешки, не допуская криков и гнева, злобы и лицемерия.

**Выпуск подготовили:
Ю.В. Клопка и Е.В. Кесслер**

Предложения, вопросы, пожелания
присылайте по адресу psiora@gmail.com