

Тягун В.В.

студент,

Донецький національний університет імені Василя Стуса

ПРИЧИНИ ШКІЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Причинами виникнення тривоги завжди є внутрішній конфлікт, суперечливість прагнень дитини, коли одне її бажання суперечить іншому, одна потреба заважає іншій. В основі внутрішнього конфлікту дитини може лежати зовнішній конфлікт – між батьками, між родиною й школою, між однолітками й дорослими. Однак змішувати внутрішній і зовнішній конфлікти зовсім неприпустимо; протиріччя в навколишньому оточенні дитини далеко не завжди стають його внутрішніми протиріччями. Зовсім не кожна дитина стає тривожною, якщо її мати й бабуся недолюблюють один одного й виховують її по-різному. Лише коли дитина приймає близько до серця обидві сторони конфліктуючого світу, коли вони стають частиною її емоційного життя, створюються всі умови для виникнення тривоги [6; 9].

Однією з найчастіших причин тривожності є завищені вимоги до дитини, негнучка, догматична система виховання, яка не враховує власну активність дитини, її інтереси, здатність й схильність. Найпоширеніша система виховання – «ти повинен бути відмінником». Виражені прояви тривоги спостерігаються в добре встигаючих дітей, яких відрізняють сумлінність, вимогливість до себе в сполученні з орієнтацією на оцінки, а не на процес пізнання. До цієї ж області відноситься нав'язування дитині далеких їй (але, які високо ціняться батьками) інтересів, наприклад, як туризм, плавання. Однак вибір хобі повинно належати самій дитині. Примусова участь дитини в справах, які не цікавлять школяра, спричиняють ситуацію неминучого неуспіху [6; 8].

Сама інтенсивність переживання тривоги, рівень тривожності в хлопчиків і дівчаток різні. У дошкільному й молодшому шкільному віці хлопчики більше тривожні, ніж дівчата. У дев'ять-одинадцять

років інтенсивність переживань в обох статей вирівнюється, а після дванадцяти років загальний рівень тривожності в дівчат у цілому зростає, а в хлопчиків трохи знижується. Різняться дівчата й хлопчики тим, з якими ситуаціями вони зв'язують свою тривогу, як її пояснюють, чого побоюються [7].

Провідний страх у даному віці – страх «бути не тим», про кого добре говорять, кого поважають, цінують і розуміють. Інакше кажучи, це страх не відповідати соціальним вимогам найближчого оточення, будь це школа, середовище однолітків або родина. Конкретними формами страху бути «не тим» є страхи не встигнути, спізнитися, зробити не те, не так, бути засудженим або покараним. Ці страхи говорять про наростаючу соціальну активність, про зміцнення почуття відповідальності, боргу обов'язку, тобто про все те, що об'єднано в понятті «совість», що є центральним психологічним утворенням даного віку [1; 5]. На початковому етапі формується почуття страху: дитина боїться залишатися в темряві, або спізнитися в школу, або відповідати біля дошки. Страх – перша похідна тривоги. Його перевага – у тому, що в нього є границя, а виходить, і завжди залишається якийсь вільний простір поза цими границями [1; 3].

Вступаючи на поріг нового, шкільного життя, дитина зіштовхується з появою нового страху. Існує навіть термін «шкільна фобія», що означає страх перед відвідуванням школи, що переслідує деяких дітей. Але нерідко мова йде не стільки про страх школи, скільки про страх виходу з дому, розлуки з батьками, до яких дитина тривожно прив'язана.

Крім страху йти у школу, нерідко виникає страх опитувань. В основі цього страху лежить страх зробити помилку, бути осміяним. Як правило, бояться відповідати на запитання тривожні, боязкі діти. Більше всього вони бояться відповідати біля дошки, саме тут повною мірою виявляється беззахисність деяких дітей.

Часто тривожність підсилюється під впливом перевтоми. На жаль, режим шкільного життя, структура навчального року самі по собі сприяють перевтомі, особливо фізично ослаблених чи емоційно нестійких дітей.

Іноді для дитини значуще лише джерело пропонованих їй високих вимог, але не їх зміст, не їх спрямованість: вона, наприклад, намагається вчитися з усіх сил, щоб не засмучувати без кінця маму, хоча для самої неї оцінки байдужі.

Оцінювати дитину винятково за її досягненнями (у школі, у секції) – означає приректи її на постійний внутрішній конфлікт. Жодні досягнення не є абсолютними, завжди поруч може знайтися хтось інший, хто досягне більшого. Звільнення від тривожності можливе, якщо дорослі зрозуміють: будь-яка дитина – відмінник чи двієчник, рухливий чи повільний – заслуговує любові та поваги; цінність людини в ній самій, насамперед у її моральних якостях, а не в нагородах, оцінках та інших умовних знаках благополуччя.

Зв'язок шкільної тривожності з успішністю можна проілюструвати, на думку Б.І. Кочубея і О.В. Новікової наступним чином. Дослідження доводять, що найбільш «тривожними» дітьми є двієчники і відмінники. «Середнячки» в плані успішності характеризуються більшою емоційною стійкістю в порівнянні з тими, хто орієнтований на отримання одних «п'ятірок», або не розраховує особливо на оцінку вище «трійки» [4].

Проте більшість дітей відчуває тривожність при більш серйозних «перевірках» – на контрольних роботах або іспитах. Головною причиною цієї тривожності є невизначеність уявлень про результат майбутньої діяльності [2].

Зміна шкільного колективу сама по собі є потужним стресогенним чинником, оскільки передбачає необхідність встановлення нових взаємозв'язків з незнайомими однолітками, причому результат суб'єктивних зусиль не визначений, оскільки в основному залежить від інших людей (тих учнів, з яких складається новий клас). Отже, перехід з школи в школу (рідше – з класу в клас) провокує формування тривожності (перш за все міжособистісної). За О.К. Дусавицьким, благополучні відносини з однокласниками є найважливішим ресурсом мотивації відвідування школи [3].

Отже, під шкільною тривожністю ми розуміємо специфічний вид тривожності, який проявляється у взаємодії з різними компонентами освітнього середовища. До освітнього середовища ми

відносимо фізичний простір, соціальне середовище, навчальна програма. Нами були виділені такі причини виникнення шкільної тривожності: навчальні перевантаження, нездатність учня впоратися зі шкільною програмою, неадекватні очікування з боку батьків, несприятливі відносини з педагогами; регулярно повторювані оцінюванно-екзаменаційні ситуації, зміна шкільного колективу або неприйняття дитячим колективом. Самі діти серед причин виділяють такі: нерозуміння вчителем їхнього стану, необ'єктивне оцінювання знань, ігнорування їхніх думок у вирішенні проблеми, публічна образа на їхню адресу на уроках, навмисна підозра в поганих учинках і нешляхетних намірах, погрози з небажаними для учня наслідками, фізичний вплив.

Список використаних джерел:

1. Астапов В.М. Тревожность у детей / В.М. Астапов. – М.: Per Se, 2001. – 160 с.
2. Бойко В.В. Психологическое содержание экзаменационной ситуации / В.В. Бойко. – М.: Изд-во МГУ, 1997. – 201 с.
3. Дусавицкий А.К. Зависимость между интересом и тревожностью в учебной деятельности младших школьников / А.К. Дусавицкий // Вопросы психологии. – 1982. – № 3. – 56-61 с.
4. Кочубей Б.И. Эмоциональная устойчивость школьника / Б.И. Кочубей, Е.В. Новикова. – М.: Знание, 1988. – 80 с.
5. Лазарус Р.С. Психология эмоций : учеб. пособие [для студ. вузов, обуч. по спец. псих.] / Р.С. Лазарус. – СПб : Питер, 2007. – 328 с.
6. Неймарк М.С. Психологический анализ эмоциональных реакций школьников на трудности в работе / М.С. Неймарк // Вопросы психологии личности школьника. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 1961. – С. 277-332.
7. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – Москва-Воронеж: «МОДЭК», 2000. – С. 172-173.
8. Саннікова О.П. Феноменологія особистості : Вибрані психологічні праці / О.П. Саннікова. – Одеса : СМІЛ, 2003. – 256 с.
9. Ставицька С.О. Вивчення особистісної тривоги у дітей молодшого шкільного віку проєктивними методами / С.О. Ставицька //

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції “Методи підготовки фахівців до професійного спілкування”. Книга I. – Черкаси – 1997. – С. 109-119.

Хоменко Н.В.

викладач,

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ОСОБЛИВОСТІ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ТА ЇХ СУТНІСНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Сучасна соціальна дійсність вимагає від особистості змін щодо максимального її розкриття індивідуально – своєрідного творчого потенціалу та підвищення показників нормативної поведінки.

Дослідження вказують, що у студентському віці на виникнення та перебіг негативних психічних станів особистості впливає організація навчального процесу, побуту, відпочинку й дозвілля. Адже, в цих видах діяльності задовольняються багато потреб студентів, а психічні стани органічно пов'язані з потребами. Зменшення часу для улюблених занять, порівняно обмежене коло спілкування, ускладнені звичні зв'язки з рідними й близькими, неминуча відмова від деяких своїх бажань і звичок заради інтересів суспільства та виконання формальних групових вимог – все це впливає на психічний стан людини.

За Н.Д. Левітовим психічний стан – це сукупність певних ознак психічної діяльності людини у конкретний момент часу. Розрізняють стан розумової діяльності, емоційний стан, стан мобілізації або розслаблення, що виражаються, наприклад, у спокої, роздратуванні, тривозі, радості та ін. Психічні стани людини розглядаються як самостійна «цілісна характеристика її психічної діяльності за визначений період часу, що вказує на своєрідність перебігу психічних процесів, залежно від предметів та явищ