

Связь школьной тревожности и успешности адаптации детей к обучению в пятом классе средней общеобразовательной школы города Биробиджана

Вихрева Антонина Витальевна

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема

Студент

Аннотация

Статья посвящена изучению связи школьной тревожности и успешности адаптации детей к обучению в пятом классе средней общеобразовательной школы города Биробиджана. В статье представлены результаты экспериментального исследования по следующим методикам: тест школьной тревожности Филипса и диагностика эмоционально-нравственного развития И.Б.Дерманова. По итогу исследования были разработаны советы родителям и учителям.

Ключевые слова: тревожность, адаптация, средняя школа, подростки, дезадаптация.

The relationship between school anxiety and the success of the adaptation of children to learning in the fifth grade of the secondary school of the city of Birobidzhan

Vikhreva Antonina Vitalievna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Abstract

The article is devoted to the study of the relationship between school anxiety and the success of adaptation of children to learning in the fifth grade of a secondary school in the city of Birobidzhan. The article presents the results of an experimental study using the following methods: Phillips' test of school anxiety and diagnostics of emotional and moral development by I. B. Dermanov. As a result of the research, advice was developed for parents and teachers.

Key words: anxiety, adaptation, high school, adolescents, maladjustment.

Вопрос об адаптации ребенка в сфере образования является на сегодняшний день одним из самых острых и актуальных, поскольку усложнение адаптационных процессов оказывает влияние не только на степень напряжения ученика, но и на его здоровье, что в последствие приводит к снижению успеваемости и отчуждению школы. В конечном счете, это все может привести к деструктивным изменениям личности, переживанию эмоциональной напряженности и тревоги.

Адаптация ребенка к школе – это сложный многоплановый процесс. Тот жизненный опыт, который ребенок постигает в своей жизни, может помочь ему адаптироваться к школе. Однако, если ребенок не готов эмоционально и психологически это может негативно сказаться как на его отношениях с близкими, так и на его самооценке. Таким образом, адаптационный процесс к школьному обучению зависит от того готов ли ребенок к переходу в среднее звено школы.

Процесс адаптации пятиклассников к среднему звену школы волновал многих ученых. Так, например, специалисты Института возрастной физиологии РАО М. В. Антропова, А. Г. Хрипкова изучали адаптацию организма учащихся к учебной и физической нагрузке [7, стр. 240]. Доктор физиологических наук М. М. Безруких приводит в пример эксперимент, проведенный сотрудниками Института физиологии детей и подростков [1, стр. 52]. Исследование проводилось с применением аппаратуры, которую институту предоставили учреждения по подготовке космонавтов. Было обнаружено, что параметры сердечного ритма у пятиклассников по степени напряжения соответствовали состоянию космонавтов в невесомости при экстремальной нагрузке.

Изучению адаптации детей в пятом классе ученые уделяют особое внимание, так Н. М. Манахова изучала адаптацию пятиклассников к условиям обучения в среднем звене общеобразовательной школы. Н. Н. Куинджи и Е. Д. Лапонова изучали особенности адаптации детей к предметному обучению при гендерной индивидуализации и традиционной организации образовательного процесса. О. Н. Четверик, О. Л. Тарасова и Э. М. Казин изучали особенности психофизиологической адаптации пятиклассников к различным режимам учебного процесса.

Разрабатывая проблему тревожности, А. М. Прихожан выявляла причины и разработала профилактику по преодолению тревожности [2]. А. С. Спиваковская разрабатывала профилактику детских неврозов [5]. Изучением ситуативной тревожности у пятиклассников занимались В. И. Долгова, Е. В. Барышникова, А. Ю. Сергиенко.

Тревожность можно определить как «индивидуальную психологическую особенность, проявляющуюся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения»[4].

В современной психологии тревожность рассматривается как один из основных параметров индивидуальных различий. При этом ее принадлежность к тому или иному уровню психической организации человека до сих пор остается спорным вопросом; ее можно трактовать и как индивидуальное, и как личностное свойство человека [8].

А. М. Прихожан трактует тревожность как личностное свойство, которое формируется в результате фрустрации межличностной надежности со стороны ближайшего окружения [2].

Школьная тревожность – это проявление эмоционального неблагополучия ребенка. Оно выражается в волнении, повышенном

беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Ребенок постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, не уверен в правильности своего поведения, своих решений.

Существует ряд причин развития тревожности у детей:

- отсутствие у детей ощущения физической безопасности;
- отвержение и враждебность, демонстрируемые взрослыми;
- ребенок может отражать родительские тревоги;
- к ребенку предъявляются завышенные требования;
- авторитарный стиль общения взрослого с ребенком;
- негибкая, догматическая система воспитания;
- неблагоприятные микросоциальные и бытовые условия;
- противоречия между высокими притязаниями, вызванными захваливанием и реальными возможностями детей.

Проблема тревожности школьников пятых классов является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии, так как при изменяющихся социальных условиях и требованиях, изменяется и психологическое состояние, определяемое подростковым кризисом. Среди негативных переживаний, тревожность занимает особое место, часто она приводит к снижению работоспособности, продуктивности деятельности, к трудностям в общении. Разобраться в феномене тревоги, а также в причинах ее возникновения достаточно сложно.

Школьная тревожность является, на наш взгляд, очевидным признаком затруднений в процессе школьной адаптации. Еще с подросткового возраста, она может формироваться и закрепляться в рамках личностной тревожности как психического свойства личности. Повышенная школьная тревожность препятствует эффективной учебной деятельности независимо оттого, осознается она самим ребенком или нет.

Одной из самых важных особенностей младших подростков является их подростковый период. Этот переход, между детством и взрослостью, характеризуется резкими, качественными изменениями, затрагивающими все стороны развития. Таким образом, он провоцирует возникновение школьной тревожности. В сознании ребенка происходят значительные перемены. У подростка проявляются потребности в самоутверждении и общении со сверстниками. В связи с интенсивным развитием проявляется склонность к самоанализу и вследствие впервые становится возможным самовоспитание. Существенным отличием подростков от младшего школьного возраста является то, что подростки переживают не только эмоциональное потрясение, но и физическое и психическое, поскольку они находятся на стадии полового созревания. Их организм перестраивается и поэтому психика зачастую не устойчива, а действия безрассудны.

Проблемы психического развития, связанные с затруднениями в учебной деятельности, возникают, прежде всего, тогда, когда разрыв между

системой требований школы и готовностью ребенка к обучению в ней слишком велик.

Трудности освоения учебной деятельности вызываются противоречиями между:

- уровнем психической готовности к систематическому школьному обучению и требованиями учебной деятельности;
- уровнем физиологической зрелости и уровнем требований, то есть готовностью организма отвечать на эти требования.

Тревожность и дезадаптация ребенка в школе может существенно влиять на все сферы жизнедеятельности школьника: на обучение, общение, здоровье и психологическое благополучие.

Объект исследования – тревожность в период адаптации к обучению в среднем звене школы.

Предмет исследования – связь школьной тревожности и адаптации учащихся пятых классов к обучению в среднем звене школы.

Мы предполагаем, что у младших подростков, при переходе к обучению в среднем звене школы повышается уровень школьной тревожности.

В исследовании принимали участие дети в возрасте от 10-12 лет в количестве 60 человек. Исследование проводилось на базе МБОУ «Лицей №23 с этнокультурным (еврейским) компонентом» г. Биробиджана Еврейской автономной области.

Нами были использованы следующие методики диагностики:

1. Методика диагностики уровня школьной тревожности Н.Б.Филлипса.

Цель: изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой у подростков. Эта методика поможет вам определить уровень и характер тревожности у детей младшего и среднего школьного возраста.

2. Метод неоконченных предложений диагностика эмоционально-нравственного развития И. Б. Дерманова.

Цель: выявление страхов школьников в различных сферах общения и деятельности.

Изучив полученные показатели испытуемых по методике Н.Б.Филлипса, мы выделили испытуемых, показавших повышенный уровень тревожности: повышенный уровень показал - 23%, высокий - 22%, адекватный нормативный - 55%.

Результаты в процентном соотношении представлены в Рисунке 1.



Рисунок 1. Данные методики «Диагностики уровня школьной тревожности» (Н.Б.Филлипс)

По данным диаграммы видно, 33 человека, это 55% нормальный уровень тревожности, 13 человек, это 22% повышенный уровень тревожности и 14 человек, это 23% с повышенным уровнем тревожности.

Таким образом, 77% школьников города Биробиджана имеет повышенный и высокий уровень тревожности. Школьникам с повышенной и высокой тревожностью необходимо уделять особое внимание как со стороны родителей, так и со стороны учителей. Таким детям трудно социализироваться в обществе. С родителями часто возникают конфликты, дети чувствуют себя отчужденными и непонятыми миром. От учителей такие дети зачастую чувствуют давление.

По результатам диагностики «Метод неоконченных предложений эмоционально-нравственного развития» И. Б Дерманова, мы сделали следующие выводы. Меньше всего школьники испытывают тревогу, когда звенит звонок и когда видят учителя. Отвечая на вопросы, связанные с контрольной работой больше половины детей переживают эмоциональный всплеск. Также школьники испытывают особую тревогу, когда отвечают у доски, причем, можно сделать вывод, что они боятся получить плохую отметку. Этот факт подтверждает и то, как дети ответили на вопрос «Когда я получил двойку». Школьники, отвечая на этот вопрос, показали очень высокий уровень тревожности. Дети боятся плохих отметок и на этом фоне у них возникают страхи и тревоги.

Итак, мы можем сделать вывод о том, что школьная тревожность провоцируется психофизическими изменениями в подростковом возрасте, изменением темпа жизни, усложнением школьной программы, индивидуальными особенностями каждого ребенка.

Таким образом, школьная тревожность существенно ухудшает процесс адаптации пятиклассников к новым условиям обучения. Решение этой проблемы видится нам в профилактической работе по трем направлениям – со всеми субъектами образовательного взаимодействия: родители, педагоги, школьники.

Библиографический список

1. Безруких М.М., Ефимова С.П. Знаете ли вы своего ученика? М.: Академия, 1997. С. 72
2. Прихожан А.Н. Причины и профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образования. 1998. №2.
3. Психологический словарь / общ. Ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М., 1990г.
4. Словарь практического психолога. Под общ. Ред. С.Ю. Головин Минск: Харвест., 1997.
5. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов. М., 1997.
6. Фельдштейн Д.И. Проблемы возрастной и педагогической психологии. М., 1995.
7. Хрипкова А.Г., Антропова М.В. . М.: Педагогика, 1982. 240 с.
8. Ярошевский М.Г. Психология XX столетия. М., 2001.