

Романова Елена Владимировна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

Стариковская Лариса Геннадьевна

учитель

МБОУ «Центр образования №40 им. Героя Советского Союза

Ивана Андреевича Дементьева»

г. Тула, Тульская область

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ВЫСОКИМ УРОВНЕМ ТРЕВОЖНОСТИ

Аннотация: в статье рассматривается тема сохранения и укрепления психологического здоровья подрастающего поколения, которое в настоящее время является основой современного общества. Необходимость решения данной проблемы возрастает особенно на данный момент, когда стремительно растет количество детей, переживающих эмоциональное неблагополучие, которое приводит их к соматическому ослаблению, развитию невротозов, а также к появлению высокого уровня тревожности. В психологической науке разработано большое количество техник, методов и приемов работы с различными уровнями и видами тревожности, но проблема психолого-педагогического сопровождения младших школьников с высоким уровнем тревожности остается до конца не изученной.

Ключевые слова: психолого-педагогическое сопровождение, тревожность, младший школьник.

Тревожность рассматривается как переживание эмоционального дискомфорта, предчувствие грядущей опасности. По определению А.В. Петровского, «тревожность – склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги» [1, с. 13].

В настоящее время тревожность является распространенным явлением. Успехи в учебной деятельности, взаимоотношения со сверстниками в школе, адаптации к новым условиям, все это, зависит от того, насколько ярко выражено состояние тревоги. И тому мы находим подтверждение в работах В.Р. Кисловской, А.В. Лукасик, А.М. Прихожан и ряда других авторов.

Психологическое сопровождение – это система профессиональной деятельности педагога-психолога, направленная на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития ребёнка в ситуациях школьного взаимодействия [1, с. 14].

Главной целью психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса в образовательном учреждении считается поддержание комфортной, оптимальной, позитивной образовательной среды, способствующей развитию творческого, личностного и интеллектуального потенциала субъектов всего образовательного процесса.

Необходимо отметить, то, что влияние переживаний детьми, обучающихся в начальной школе, тревоги и эмоционального дискомфорта на учебную деятельность отмечено многими исследователями. При этом психологи указывают на то, что для младших школьников тревожность еще не является устойчивой чертой характера и обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий [2].

Несомненно, особый эффект на развитие психологической готовности младших школьников оказывают занятия подготовительного характера, проводимые с дошкольниками. Именно они дают возможность наблюдать за их вхождением в коллектив, помогают будущим школьникам познакомиться друг с другом, формируют доброжелательные и доверительные взаимоотношения учащихся с учителями, также во время подобных занятий дети более быстрее привыкают к школьной обстановке и приучаются к выполнению школьных требований. Занятия носящие подготовительный характер необходимо проводить в форме игровой деятельности. Именно игра позволяет младшему школьнику полностью открыться и завести дружеские отношения с другими детьми.

Имеющаяся на сегодняшний день ситуация возрастающей тревожности детей младшего школьного возраста в ситуации обучения выявляет необходимость разработки психолого-педагогических условий по оптимизации их психоэмоционального состояния.

Нужно отметить, что индивидуальный подход к детям с повышенным уровнем тревожности основывается на создании доверительных отношений между ребенком и учителями. В процессе таких отношений ребенок становится в меру спокойным, открытым, благодаря чему и достигает значительных успехов в процессе обучения [3, с. 158].

Необходимо сказать о том, что учащиеся с повышенным уровнем тревожности очень остро реагируют на профессиональный стиль учителя. К таким школьникам нужен особый подход. С такими детьми нужно обращаться мягко и осторожно. Дети с высоким уровнем тревожности не терпят авторитарного стиля, темпераментного, властного отношения к себе.

Усилению в ребенке тревожности способствуют также неадекватно повышенные требования со стороны учителя и родителей. Сталкиваясь с постоянными расхождениями между своими реальными возможностями и тем уровнем достижений, которого ждут от него взрослые, ученик испытывает беспокойство, которое легко перерастает в тревожность.

Как правило, у детей с повышенным уровнем тревожности достаточно хорошо проходит адаптация к условиям школы, в которой они учатся. Обучение младших школьников должно проходить в соответствии с их возрастными, индивидуальными и умственными особенностями.

Чувство тревоги в школьном возрасте неизбежно, поскольку познание всегда сопровождается тревогой. Познание – это всегда открытие чего-то нового, а все новое таит в себе беспокоящую школьника неопределенность.

Несомненно, формированию и дальнейшему закреплению уровня школьной тревожности способствуют такие причины как: учебные перегрузки; неадекватные ожидания родителей; неспособность ребенка освоить учебную программу; неблагоприятные отношения с учителями; смена детского коллектива или

неприятие ребенка сверстниками; конфликт между потребностями ребенка; неадекватные требования, не соответствующие психофизиологическому развитию ребёнка.

Многие педагоги, психологи уделяют большое внимание вопросу проведения коррекционной работы с учащимися, у которых наблюдался высокий уровень тревожности. Это определяется тем, что уровень тревожности детей зависит от влияния разных факторов, которые определяют адаптационный период ребенка к окружающей среде, окружению, познавательное и физическое развитие. Поэтому, надо отметить то, что именно педагог-психолог, определяет направление и форму коррекционной работы на основе выявленных причин, возникших трудностей в процессе адаптации. Также психологами разрабатываются различные профилактические программы, которые реализуются с младшими школьниками, у которых наблюдается высокий уровень тревожности. В данную программу могут включаться как индивидуальные, так и групповые занятия.

Таким образом, тревожность детей, обучающихся в младших классах, связана с недовольством ведущих потребностей возраста и реализуется в поведении с преобладанием компенсаторных и защитных проявлений. Тревожность детей разрушительно влияет на их деятельность. В младшем школьном возрасте повышенный уровень тревожности является показателем школьной дезадаптации. Несмотря на то, что школьная тревожность является очень распространенной и актуальной проблемой, с которой тяжело и трудно справляться, каждый квалифицированный психолог ищет и находит наиболее оптимальные пути психолого-педагогического сопровождения тревожных детей.

Список литературы

1. Апетян М.К. Психологические и возрастные особенности младшего школьника / М.К. Апетян // Молодой ученый. – 2014. – № 14. – С. 13–14.

2. Исследование тревожности в психолого-педагогической литературе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://revolution.allbest.ru/psychology/00323761_0.html (дата обращения: 26.04.2022).

3. Микляева А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2008. – 248 с.
4. Пургина А.А. Коррекция тревожности младших школьников / А.А. Пургина, В.В. Онуфриева // Молодой ученый. – 2015. – № 7. – С. 700–702.
5. Руководство практического психолога: психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / под ред. И.В. Дубровиной. – М.: РГСУ, 2010. – 795 с.