

**Семина Юлия Владимировна**

магистрант

ФГБОУ ВО «Московский государственный  
психолого-педагогический университет»

г. Москва

DOI 10.31483/r-105418

## **ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ПЕРЕХОДА К ДИСТАНЦИОННОМУ ОБУЧЕНИЮ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19 НА УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ И ПОЯВЛЕНИЕ УЧЕБНЫХ СТРАХОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

***Аннотация:** статья направлена на изучение влияния перехода на дистанционное обучение во время пандемии COVID-19 на психоэмоциональное состояние обучающихся младшего подросткового возраста, а именно на уровень тревожности и появление специфичных учебных страхов. Данная тема не теряет своей актуальности по сей день, т. к. некоторые школы до сих пор используют такой формат, и взрослым (учителям и родителям) важно знать и понимать состояние обучающихся. Результаты исследования показали высокий уровень тревожности учеников во время перехода на дистанционное обучение и таких учебных страхов, как страх ситуации проверки знаний на камеру, страх технического сбоя и других специфичных для данного формата учебных страхов.*

***Ключевые слова:** дистанционное обучение, учебные страхи, школьная тревожность, пандемия, младший подростковый возраста, адаптация.*

В начале весны 2020 года Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) объявила вспышку нового коронавирусного заболевания – COVID-19, быстро распространяющегося по всему миру. Пандемия, связанная с данным заболеванием, затронула и наложила серьезные ограничения на все сферы жизнедеятельности человека. В частности, произошел масштабный сбой в работе и функционировании системы образования на всех континентах, что составляет 94% мирового контингента учащихся. В России так же, как и в других странах, в связи с

закрытием школ, всем участникам образовательного процесса пришлось перейти на домашнее онлайн-обучение [3].

По мнению многих отечественных (В.И. Екимовой, М.И. Розеновой, А.Ю. Нечаевой, М.С. Добряковой, О.В. Юрченко, Е.Б. Пучковой и др.) и зарубежных (В. Bhoj, Н. Cowie, С.А. Myers, W.Y. Jiao, Е. Panagouli и др.) ученых, особую группу риска составили дети и подростки. Перед специалистами в области детской и возрастной психологии встал важный вопрос о влиянии перехода к домашнему онлайн-обучению на психологическое и эмоциональное состояние детей, благополучие семей, особенно с учетом всеобщей тревоги и страха заражения, потери близких, изоляции, увольнения и финансового кризиса в семьях, недостаточной информации о заболевании и других факторов стресса, с которыми столкнулись дети и взрослые [1]. Многие исследователи отмечают тот факт, что закрытие школ и переход учеников на онлайн-обучение, ограничение «живого» взаимодействия и общения с друзьями и одноклассниками, изменение привычного уклада жизни спровоцировал у них появление новых переживаний, страхов, тревоги и привело к усилению стресса [5; 6].

Характер адаптации младших подростков к дистанционному обучению был обусловлен многими факторами: регионом проживания и уровнем заболеваемости в нем, индивидуальными психологическими особенностями ребенка, его темпераментом, уровнем личностной тревожности, усидчивостью и уровнем развития произвольного внимания, уровнем доходов семьи и технической оснащенностью учебной деятельности подростка в домашних условиях (владение компьютером и доступом к интернету), характером взаимодействия и отношений с родителями и т. д.

В контексте вышеперечисленных факторов М.С. Добрякова и О.В. Юрченко в своем исследовании описывают три группы трудностей, актуализирующие учебные страхи младших подростков во время адаптации к дистанционному обучению: организационные, технические и содержательные [2].

К организационным трудностям относятся: отправка и получение учебных заданий, проблемы с новым расписанием, взаимодействием с учителями,

сложности в приспособлении к новому формату уроков (ученики не понимали, когда можно включить микрофон и что-то спросить и т. д.).

Технические трудности обусловлены нехваткой во многих семьях нужного технического оборудования. Также сюда относятся проблемы с обустройством специального помещения для ученика. Особенно это тревожило тех, у кого несколько детей в семье и нет своего личного пространства, отдельной комнаты, своего компьютера. В исследовании А.Ю. Нечаевой было выявлено, что около 19% населения России не имеют доступа подключения к качественному Интернету или какой-либо связи вообще [4].

В контексте содержательных трудностей скрыты наиболее серьезные проблемы, такие как: сложности освоения учебного материала, трудности самостоятельной работы с учебными текстами и взаимодействия с учителями, что актуализировало страх не усвоения учебного материала [2].

Таким образом, уровень благополучия подростков во время перехода на дистанционное обучение во время пандемии в целом претерпел отрицательные изменения в эмоциональном состоянии комфорта учеников младшего подросткового возраста.

Целью нашего исследования являлось изучение влияния перехода к дистанционному обучению на психоэмоциональное состояние обучающихся младшего подросткового возраста.

Анализ существующих исследований позволил нам предположить, что во время перехода на онлайн-обучение у младших подростков возрос уровень школьной тревожности и появились новые специфичные учебные страхи.

В данном исследовании приняли участие 48 учеников 6-х классов.

В качестве психодиагностических средств использовались: методика «Тест школьной тревожности Филлипса» и авторская анкета о страхах во время дистанционного обучения.

В ходе проведения методики «Тест школьной тревожности Филлипса» были получены следующие результаты (рис. 1).

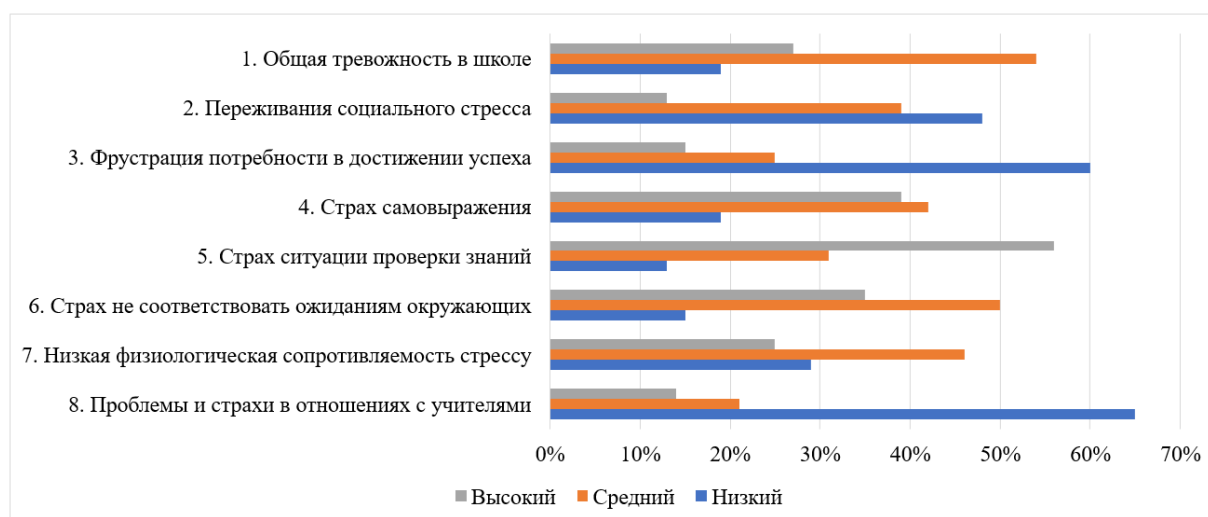


Рис. 1. Результаты исследования учебных страхов и тревожности обучающихся 6 класса в дистанционном формате по методике «Тест школьной тревожности Филлипса»

Результаты диагностики школьной тревожности и учебных страхов обучающихся младшего подросткового возраста в дистанционном формате показали, что высокий уровень был получен по шкале «Страх ситуации проверки знаний» (56%), особенно «публично», например, при ответе на камеру.

Также, большое количество средних показателей было получено по шкалам «Общая тревожность» (54%), «страх самовыражения» (42%), «страх не соответствовать ожиданиям окружающих» (50%) и «низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» (46%).

Результаты проведения данной методики показали низкий уровень по шкалам «переживание социального стресса» (48%), «фрустрация потребности в достижении успеха» (60%), «проблемы и страхи в отношениях с учителями» (65%).

Результаты исследования (авторской анкеты) актуальных страхов обучающихся младшего подросткового возраста, связанных с дистанционным обучением представлены в таблице 1.

Таблица 1

Исходные данные ответов обучающихся младшего подросткового возраста в отношении учебных страхов (в период обучения в пандемию)

Наименование страхов	Кол-во	%
Страх устной проверки знаний на камеру и контрольных	32	67%
Страх технического сбоя	36	75%
Страх непонимания организации учебного процесса и новой нагрузки	40	83%
Страх непонимания материала	21	44%
Страх заболевания	17	35%

Среди ответов обучающихся преобладает страх непонимания организации учебного процесса – 83% («Вообще непонятно, как учиться, дома ничего не хотелось делать», «Перебить учителя», «Проспать»), страх технического сбоя – 75% (например, «Когда сильно лагало, и ты мог прослушать что-то важное», «боялась, что не смогу подключиться на урок», «отключения Интернета»), страх проверки знаний, ответа учителю и выполнение контрольных работ при включенной камере – 67% («Не хотелось включать камеру и было страшно отвечать»). Также обучающие ответили такие страхи, как не понять материал (44%) («Не пойму, как делать задание в электронном виде») и страх заболеть (35%), что непосредственно связано с пандемией COVID-19.

Таким образом, можно сделать вывод, что наше предположение подтвердилось – во время перехода на дистанционное обучение у обучающихся младшего подросткового возраста возрос уровень тревожности и появились учебных страхов, которые в обычное время не обучающихся не было.

Признавая тот факт, что дистанционный формат теперь является частью современного обучения и в отдельных местах до сих пор переводят обучающихся на онлайн-обучение в связи со случаями заболевания, важно учитывать данные показатели эмоционального состояния учеников.

Дети и подростки являются наиболее уязвимой частью населения, и они не могут быть защищены от большого количества негативной информации, которая ежедневно появляется в социальных сетях, СМИ и пр., психологи подчеркивают

необходимость того, чтобы родители, учителя и другие близкие взрослые обеспечили детей заботой и поддержкой, по возможности создали наиболее безопасную и комфортную среду для учебной деятельности и жизни подростка в целом.

### ***Список литературы***

1. Екимова В.И. Травматизация страхом: психологические последствия пандемии Covid-19 / В.И. Екимова, М.И. Розенова, А.В. Литвинова [и др.] // Современная зарубежная психология. – 2021. – Т. 10. №1. – С. 27–38.
2. Добрякова М.С. Дистанционное обучение в школе: три уровня коммуникативных трудностей / М.С. Добрякова, О.В. Юрченко // Мониторинг экономики образования. – 2021. – №14. – С. 1–10.
3. Концептуальная записка: Образование в эпоху COVID-19 и в последующий период // Организация Объединенных Наций (август, 2020 г.) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/i2TSr> (дата обращения: 02.02.2023).
4. Нечаева А.Ю. Влияние пандемии и дистанционного обучения на психическое состояние детей младшего школьного возраста / А.Ю. Нечаева // Скиф. Вопросы студенческой науки. – 2021. – №5 (57). – С. 75–78.
5. Jiao W.Y. Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic / W.Y. Jiao [et al.] // Journal of Pediatrics. – 2020. – Vol. 221. – P. 264–266. – DOI10.1016/j.jpeds.2020.03.013.
6. Panagouli E. School Performance among Children and Adolescents during COVID-19 Pandemic: / E. Panagouli [et al.] // A Systematic Review. Children (Basel, 2021 Dec 4). – №8 (12). – 1134 p. – DOI 10.3390/children8121134. – PMID 34943330. – PMCID: PMC8700572.