

Ганиева Елена Александровна

магистрант

Попова Оксана Николаевна

канд. психол. наук, доцент

АНОО ВО ЦРФ «Сибирский университет

потребительской кооперации»

г. Новосибирск, Новосибирская область

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ВЫУЧЕННОЙ БЕСПОМОЩНОСТИ В СТАРШЕМ ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

***Аннотация:** в статье рассматривается психологический феномен выученной беспомощности, приводятся различные трактовки ее понимания с позиции разных авторских подходов. Особый акцент авторами делается на специфику проявлений признаков выученной беспомощности в поведении и деятельности детей старшего дошкольного возраста.*

***Ключевые слова:** выученная беспомощность, дети старшего дошкольного возраста, психология, возрастные особенности, деятельность.*

Значительные изменения, происходящие в современном российском обществе, связаны с тем «ценностным сдвигом», который обозначил доминирующими такие «модели должного» как субъектность, позитивные проявления личности в сложных жизненных ситуациях и динамическое развития «Я». То есть, в настоящее время в системе образования особое внимание должно уделяться максимальному раскрытию личностного потенциала каждого человека для его саморазвития, самовоспитания, самореализации и дальнейшего самосовершенствования, а работа эта должна начинаться уже в дошкольном возрасте.

Обозначенные приоритеты личностного развития отражены в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, в котором декларируется необходимость создания условий для развития таких качеств детей, как активность, самостоятельность, инициативность, целеустремленность и уверенность в себе и своих силах [1].

Но, несмотря на то, что все усилия современного социума направлены на создание условий для формирования активной, самостоятельной личности, в жизненной практике часто возникают ситуации, в которых современные дети дошкольного возраста, не всегда способны самостоятельно справиться с элементарными проблемными задачами, соответствующими их возрастным особенностям. В большинстве случаев возникающие проблемы детей в дошкольном возрасте решают взрослые (родители или педагоги), не осознавая, что этим они затормаживают у ребенка развитие способности к преодолению трудностей. В результате постоянного и длительного вмешательства взрослых в процесс решения детских проблем у ребенка складывается впечатление о том, что, как только он прекращает пытаться прилагать усилия для преодоления проблемной ситуации, взрослые всегда придут на помощь и все сделают за него сами, то есть у ребенка формируется «синдром выученной беспомощности».

В настоящее время в психологической науке и в сфере образования в целом становится актуальным изучение феномена «выученной беспомощности», поскольку он все чаще наблюдается у современного поколения.

Кроме того, современные исследователи (И.В. Пономарева, Ю.В. Честюнина, Д.А. Цириг, Г.В. Залевский, А.А. Завертяева и др.) отмечают, что выученная беспомощность может, проявляться на различных возрастных этапах начиная уже с дошкольного возраста. Под выученной беспомощностью, современный российский психолог Д.А. Цириг понимает устойчивую мотивационную характеристику субъекта, которая формируется в процессе личностного развития под воздействием его взаимоотношений с окружающим миром и людьми [2].

Проведенный анализ литературных источников показал, что выученная беспомощность является психическим состоянием личности, причиной возникновения которого, служит ответная реакция индивида на собственные неудачи или травмирующие, неблагоприятные для него жизненные события. В «Большом психологическом словаре» выученная беспомощность характеризуется как «состояние, возникающее у человека после достаточно длительного аверсивного воздействия, избежать которого не удастся» [3].

В настоящей работе выученная беспомощность в отношении детей дошкольного возраста понимается нами как личностная неспособность ребенка самостоятельно решать элементарные проблемные задачи, инициировать свою деятельность и адекватно оценивать свои способности и поступки, формируемая посредством подавления детской инициативы со стороны окружающих его взрослых людей.

По мнению психолога М. Селигмана, выученная беспомощность формируется достаточно рано и первые её признаки можно наблюдать уже в раннем детстве [4]. Многочисленные исследования по проблеме изучения причин формирования и особенностей проявления выученной беспомощности у человека, описывают необходимость рассмотрения данного феномена в онтогенезе, так как характеристики выученной беспомощности не постоянны и во многом обусловлены возрастными особенностями личности. Соответственно, проявления выученной беспомощности будут отличаться в дошкольном и школьном, подростковом и юношеском возрастах.

Исходя из темы нашего исследования, в рамках данной работы мы более подробно рассмотрим проблему проявления выученной беспомощности в старшем дошкольном возрасте. Старший дошкольный возраст (5–7 лет) является важным этапом в личностном развитии ребенка, так как в данном возрасте активно формируются способы деятельности и модели поведения в социуме.

Особый интерес для нашей работы представляет исследование проявлений выученной беспомощности у детей старшего дошкольного возраста ученого Н.В. Солнцевой. Автор на основании своих исследований полагала, что фактор присутствия выученной беспомощности у личности можно достаточно легко распознать, проанализировав наиболее часто употребляемые в речи «слова-маркеры». К данным словам – маркерам, Н.В. Солнцева относит шесть групп следующих высказываний [5]:

– «Я не хочу» (не хочу учить стих, не хочу играть с детьми, не хочу принимать важное решение, не хочу одеваться и идти на прогулку, не хочу решать конфликтную ситуацию и т. д.);

– «Я не могу» (не могу нарисовать, не могу завязать шнурки, не могу попросить о помощи, не могу решить пример, не могу найти друзей и т. д.);

– «Я не могу измениться» (я пробовала, ничего не изменилось, у других не получилось и у меня не получится и т. д.);

– «Я всегда» (я всегда так делаю, я всегда боюсь, я всегда ошибаюсь, я всегда плохо делаю задания и т. д.);

– «Я никогда» (никогда не смогу научиться читать, рисовать, никогда не справляюсь с трудностями, мне не везет, не могу сделать как надо и т. д.);

– «В нашей семье все такие» (у нас никто не мог делать, в нашем роду все невезучие и т. д.).

На рисунке 1 представлены компоненты выученной беспомощности и виды детской деятельности, на которые оказывается негативное влияние состояние выученной беспомощности (рис. 1). В период дошкольного детства осваивается широкий круг деятельности: игровая, трудовая, продуктивная, учебная, межличностное общение. При условии гармоничного развития всех сфер личности старшего дошкольника формируются способности к рефлексии и адекватная самооценка. Соответственно если в развитии ребенка наблюдаются задержки и трудности, игнорирование данных причин в развитии, то постепенно формируется выученная беспомощность [65].

Данное состояние накладывает негативный отпечаток на психическое развитие ребенка, у которого возникают затруднения в освоении разных видов детской деятельности. В таблице 1 обозначены основные виды детской деятельности детей и негативные изменения в данных видах деятельности при состоянии выученной беспомощности у детей старшего дошкольного возраста (таблица 1).



Рис. 1. Структурные компоненты выученной беспомощности и основные виды деятельности старших дошкольников

Таблица 1

Проявление выученной беспомощности у детей старшего дошкольного возраста в различных видах деятельности

Вид деятельности	Описание
Игровая деятельность	Дети не способны к совместной деятельности, не могут содержательно общаться, не интересуются проблемами сверстников, что в свою очередь порождает агрессию, отчужденность, враждебность
Трудовая деятельность	У детей возникают трудности: с процессами самообслуживания (одевания, приема пищи), с соблюдением элементарных навыков личной гигиены. Происходит торможение в формировании таких качеств как трудолюбие, самостоятельность, ответственность за порученное дело, чувство долга и т. д.
Продуктивная деятельность	Дети с признаками выученной беспомощности отказываются прикладывать усилия для создания рисунка, аппликации, лепки. Во

	время деятельности у них понижается настроение, ухудшается поведение.
НОД (непосредственно образовательная деятельность)	У детей с признаками выученной беспомощности возникают трудности в процессе: - овладение основными культурными способами деятельности, - проявление инициативы и самостоятельности в деятельности; - умение подчиняться разным правилам и социальным нормам; - способности к волевым усилиям; - проявление любознательности; - способность к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности
Межличностное общение	Выученная беспомощность проявляется в ограниченности межличностных контактов, возникновении трудностей в общении со сверстниками, излишней интровертированности и комфортности личности. У детей с признаками выученной беспомощности часто возникают сложности в адаптации к новому социальному окружению. Такие дети обладают низким социометрическим статусом и большой зависимостью от группы

Таким образом, можно утверждать, что проявления выученная беспомощность в старшем дошкольном возрасте связана с низким уровнем детской субъектности, который характеризуется низким уровнем активности, самостоятельности, автономности, инициативности в различных видах деятельности, проблемой в постановке и реализации целей и разрешении межличностных конфликтов.

Список литературы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №1155 от 17.10.2013 г.
2. Циринг Д.А. Психология выученной беспомощности: учебное пособие / Д.А. Циринг. – М.: Академия, 2005. – 120 с. EDN QXOLBT
3. Ребер А. Большой толковый психологический словарь / А. Ребер. – В 2 т. – М.: Вече, 2012. – 592 с.
4. Селигман М. Новая позитивная психология: научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман. – М.: София, 2006. – 368 с.

5. Солнцева Н.В. Феномен выученной беспомощности: причины формирования и пути преодоления / Н.В. Солнцева // Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию людей: материалы I Всероссийской научно-практической конференции. – 2011. – №3. – С. 180–186.