

УДК 159.9

Р. Б. Толегенова,факультет начального, дошкольного и специального образования,
Омский государственный педагогический университет
Научный руководитель: канд. психол. наук, доц. И. Н. Рассказова

Тревожность и ее влияние на психологическое здоровье младших школьников, воспитывающихся в школе-интернате

Аннотация. В статье анализируется тревожность младших школьников, воспитывающихся в школе-интернате, и ее влияние на психологическое здоровье. Представлен анализ результатов эмпирического исследования тревожности, которые свидетельствуют о серьезной проблеме воспитанников.

Ключевые слова: тревожность, младший школьник, психологическое здоровье, школа-интернат.

На протяжении последних лет отмечается повышенное внимание исследователей и специалистов-практиков различного профиля к проблеме, связанной с ухудшением здоровья (соматического, психологического) обучающихся начальной школы. Существенное значение в разрешении указанной проблемы имеет понимание причин ее формирования, способов, технологий укрепления здоровья. Не случайно в Федеральном государственном образовательном стандарте общего начального образования второго поколения серьезное значение придается укреплению здоровья обучающихся — как физического, так и психологического.

Это связано с тем, что основы здоровья и представления о здоровом образе жизни начинают формироваться в детстве. Занимающиеся данной проблемой ученые рассматривают различные психолого-педагогические риски в контексте настоящего и будущего современных детей, обусловленные условиями их развития в информационном мире [1]. Анализируются отдельные проблемы младших школьников, связанные с психологическим здоровьем: социализированность [4], школьные страхи [5] и др. Исследуются условия, способы повышения уровня эмоционального благополучия и поддержания здоровья детей в системе дошкольного и начального образования [6], возможности профессиональной деятельности учителя начальных классов по укреплению психологического здоровья младших школьников [2].

Особые проблемы со здоровьем возникают у детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, которая негативно влияет на разные стороны их жизни и развития. К такой категории де-

тей относятся и воспитанники школ-интернатов. А. В. Мудрик считает, что неблагоприятные условия социализации оказывают на них наиболее сильное негативное влияние [3].

Одной из ключевых составляющих здоровья является позитивное эмоциональное состояние человека (спокойствие, уверенность и т. д.), а важным фактором ухудшения здоровья и его плохого качества — негативные эмоции. Высокий уровень тревожности человека как состояния и свойства личности оказывает такое негативное влияние на соматическое и психологическое здоровье человека. Результаты проводимых на протяжении последних лет исследований свидетельствуют, что число детей, подростков, страдающих нервно-психическими расстройствами, увеличивается. Это относится и к детям младшего школьного возраста.

Данный факт обусловлен их возрастными особенностями и социальной ситуацией развития: несмотря на незрелость организма, им необходимо адаптироваться к сложным условиям школьного обучения. Внешние требования не соответствуют психофизическим возможностям детей.

Причинами тревожности младших школьников могут быть различные факторы, нарушающие взаимоотношения ребенка с окружающими его людьми: чувство неуверенности в себе в отношениях с окружающим миром, внутренний конфликт, страх школы, семейный конфликт, авторитарное воспитание, неблагоприятные отношения ребенка с родителями, семейные конфликты и т. д. У детей, воспитывающихся в условиях школы-интерната, всё это проявляется гораздо сильнее в связи со спецификой условий воспитательной и образовательной среды подобных учреждений.

Лишенные родительской опеки дети являются предметом пристального внимания со стороны государства. В отношении данных детей должно быть организовано предоставление специализированного психологического содействия для помощи в социальной адаптации, социализации. Применительно к воспитанникам интернатов необходимо особое коррекционное воздействие. Требуется системная психолого-педагогическая работа по содействию в социальном становлении данных детей [3].

Эмпирическое исследование тревожности младших школьников, воспитывающихся в школе-интернате, было проведено нами на базе школы-интерната основного общего образования № 2 г. Омска в сентябре–октябре 2021 г. с помощью теста школьной тревожности Филлипса. В нём приняли участие 15 учащихся 3-го класса.

Были получены следующие результаты уровня развития тревожности детей: 13,2 % (2 человека) — высокий; 40,1 % (6 детей) — повышенный; 46,7 % (7 детей) — нормальный. Следует отметить, что наиболее выраженными неблагоприятными для психологического здоровья младших школьников показателями являются шкалы: страх самовыражения у 19,8 % (3 ребенка); общая тревожность в школе и страх ситуации проверки знаний у 46,2 % (7 детей); страхи, характеризующие отношения учащихся со значимым окружением у 26,4 % (4 ребенка). Стрессовыми являются ситуации, в которых ребенок может быть недооценен в своем стремлении к самоутверждению, и фрустрация потребности в достижении успеха наблюдается у 79,2 % (12 детей).

Детям анализируемой возрастной категории присущи подобные проявления тревожности. Данный возраст характеризуется формированием представлений о мире и о собственном положении в нём, об отношении значимых взрослых и сверстников.

Таким образом, выявленные нами результаты свидетельствуют о наличии серьезной проблемы, связанной с высоким уровнем тревожности младших школьников, воспитывающихся в условиях школы-интерната. И это означает необходимость серьезной психолого-педагогической помощи детям в снижении уровня тревожности для сохранения и укрепления их психологического здоровья.

Поскольку большинство детей в силу возраста самостоятельно справиться с данной проблемой не смогут, а необходимой поддержки семьи у них нет, особая ответственность должна быть у сотрудников школы-интерната. Их усилия и компетентность будут одним из важных факторов будущего развития детей, их благополучия либо неблагополучия, социализации, поиска своего места в этом мире и фактически того, какими членами общества они станут. В школе-интернате, на базе которой проводилось исследование, в настоящее время на основе полученных результатов выявленных проблем реализуется программа внеурочной деятельности «Через тернии — к звездам», где учителя начальных классов и педагог-психолог пытаются помочь детям снизить уровень тревожности, повысить уровень психологического здоровья, что является важнейшими факторами и показателями благополучного, гармоничного развития.

1. Егоров И. В., Лебедев А. Н., Савенков А. И. Психолого-педагогические риски и будущее наших детей // Ребенок в образовательном пространстве мегаполиса : материалы II Межрег. науч.-практ. конф. — М. : Моск. гос. пед. ун-т, 2015. — С. 278–282.

2. Кульбака Е. Л., Рассказова И. Н. Деятельность учителя начальных классов по укреплению психологического здоровья младших школьников // Детство, открытое миру : материалы Межрег. науч.-практ. конф. — Омск : Ом. гос. пед. ун-т, 2015. — С. 105–110.

3. Мудрик А. В. Социальная педагогика. — М. : Академия, 2013. — 240 с.

4. Рассказова И. Н. Социализованность младших школьников // Архитектурно-строительный и дорожно-транспортный комплексы: проблемы, перспективы, новации : материалы Междунар. науч.-практ. конф. — Омск : СибАДИ, 2016. — С. 1201–1206.

5. Рассказова И. Н. Школьные страхи младших школьников // Детство, открытое миру : сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. — Омск : Ом. гос. пед. ун-т, 2016. — С. 206–210.

6. Эмоциональное благополучие и поддержание здоровья детей в системе дошкольного и начального образования / И. В. Егоров, Н. М. Коньшева [и др.] // Начальная школа. — 2012. — № 3. — С. 43–71.