

ГАЛЕРЕЯ МЕТОДИЧЕСКИХ ИДЕЙ

Иванов Михаил Александрович,

магистрант Красноярского государственного педагогического университета

им. В.П.Астафьева, г. Красноярск;

Арамачева Людмила Викторовна,

к.психол.н., доцент кафедры психологии детства,

Красноярский государственный педагогического университета им. В.П. Астафьева,

г. Красноярск

ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ ПОДРОСТКОВ 15-16 ЛЕТ В ПЕРИОД ПОДГОТОВКИ К ОСНОВНОМУ ГОСУДАРСТВЕННОМУ ЭКЗАМЕНУ

Аннотация. В статье обсуждаются результаты исследования особенностей эмоционального состояния подростков 15-16 лет в период подготовки к основному государственному экзамену; представлена программа профилактических мероприятий, направленных на стабилизацию эмоционального состояния обучающихся; приводится анализ результативности проведенной работы.

Ключевые слова: профилактика, эмоциональное благополучие, эмоциональное неблагополучие, основной государственный экзамен.

В последние годы специалисты в области образования отмечают, что фактором, провоцирующим эмоциональное неблагополучие подростков, является, в том числе, государственная итоговая аттестация в школе [2, с. 38]. Для обучающихся 9 классов – это основной государственный экзамен (ОГЭ).

Изучение и анализ научной литературы позволяет говорить о наличии противоречия между потребностью в оказании психолого-педагогической помощи обучающимся средней общеобразовательной школы 15-16 лет в процессе подготовки к государственной итоговой аттестации (основному государственному экзамену), и недостаточной разработанностью эффективных программ профилактики их эмоционального неблагополучия в этот период [1, с. 87]. Необходимость разрешения указанного противоречия обуславливает актуальность настоящего исследования и обозначает его проблему, которая заключается в необходимости научного обоснования направлений профилактики эмоци-

ГАЛЕРЕЯ МЕТОДИЧЕСКИХ ИДЕЙ

онального неблагополучия подростков 15-16 лет в период подготовки к основному государственному экзамену.

Исследование проводилось на базе средней общеобразовательной школы № *** г. Красноярска Эмпирическую выборку составили обучающиеся 9 класса 15-16 лет, в количестве 25 человек.

Нами использовались следующие методы исследования:

- теоретические: анализ, сравнение и обобщение научной литературы по исследуемой проблеме.

- эмпирические: тестирование, метод проективной техники.

- статистический: оценка достоверности различий показателей в двух выборках с помощью t-критерия Стьюдента.

В качестве диагностического инструментария применялись:

- методика диагностики уровня школьной тревожности (Б.Н. Филлипс);

- проективная методика «Человек под дождем» (Е.В. Романова, Т.И. Сытько).

Представляем результаты констатирующего этапа исследования.

1. Диагностика школьной тревожности с помощью методики Б.Н. Филлипса показала:

– наиболее высокие (16,68 балла) показатели тревожности у обучающихся отмечены по шкале «страх ситуации проверки знаний» (школьники отмечают, что «...волнуются, когда учитель говорит, что проверка знаний покажет, насколько они знают материал», «...испытывают сильное волнение при выполнении проверочных заданий»;

– существенно (7,08 балла) у девятиклассников проявляется «страх не соответствовать ожиданиям окружающих» (обучающиеся отмечают, что им «...трудно получать такие отметки, каких ждут от них родители», переживают, «...что результаты их работы будут сравниваться в классе с результатами одноклассников»;

– для школьников также характерна (6,68 балла) «низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» (они констатируют, что временами «...испытывают дрожь, когда их вызывают отвечать», иногда им «...снился, что не могут ответить на вопрос учителя»).

ГАЛЕРЕЯ МЕТОДИЧЕСКИХ ИДЕЙ

– показатели тревожности по шкалам «общая тревожность в школе», переживание социального стресса, фрустрация потребности в достижении успеха, страх самовыражения, проблемы и страхи в отношениях с учителям – выражены незначительно (порядка 3,0-4,0 балла).

2. В ходе обследования детей с помощью методики «Человек под дождем» Е.В. Романовой и Т.И. Сытько установлено:

– наиболее ярко выражен у обучающихся (3,8 балла) симптомокомплекс «Чувство незащищенности» (в рисунках школьников изображения уменьшены, расположены в нижней части листа, линии слабые, прерывистые, средств для защиты от дождя, предметов одежды нарисовано сразу несколько);

– существенно проявляется у девятиклассников (3,6 балла) симптомокомплекс «Чувство неполноценности» (в рисунках школьников прослеживается тенденция к уменьшению размеров и возраста человека, одежда не подходит ситуации, человек на рисунке бежит или уходит, конечности оказываются спрятанными за спиной);

– низкими оказались показатели (2,4 балла) по симптомокомплексу «благоприятная ситуация» (в рисунках школьников присутствуют следующие элементы: редкие дождевые капли, прозрачные неглубокие лужи, пол испытуемого и изображенного человека одинаков, человек на рисунке идет вправо, одет соответственно погодным условиям);

– показатели по симптомокомплексам «Эмоциональная холодность» и «Коммуникабельность» выражены не значительно (3,1 балла и 2,6 балла).

Таким образом, в ходе проведенной диагностики установлено, что эмоциональное состояние подростков 15-16 лет в период подготовки к обязательному государственному экзамену характеризуется эмоциональным неблагополучием: ярким проявлением неуверенности в своих силах; страха ситуации публичной оценки знаний, опасений не соответствовать ожиданиям окружающих (эмоционально значимых взрослых и сверстников).

Нами определены направления профилактической работы, позволяющей стабилизировать эмоциональное состояние подростков:

ГАЛЕРЕЯ МЕТОДИЧЕСКИХ ИДЕЙ

– психологическая подготовка школьников к ситуации сдачи экзамена (в рамках групповых психологических занятий);

– индивидуальные и групповые консультации для родителей, направленные на создание благоприятного психологического климата в семье;

– консультационная работа с педагогами по организации учебной работы с подростками в период подготовки к ОГЭ.

Указанная система работы осуществлялась в течение 2 месяцев (март-апрель 2017г.).

Для проведения повторной диагностики использовались те же методики, которые применялись при первичном диагностическом обследовании.

Результаты, полученные при повторной диагностике по методике «Уровень школьной тревожности», показали, что наблюдается положительная динамика в показателях обучающихся по шкалам «Страх ситуации проверки» (показатель снизился на 1,52 балла), «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» (показатель снизился на 0,72 балла), «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» (снизился на 0,68 балла), «Общая тревожность в школе» (снизился на 0,63 балла).

Для проведения статистического анализа данных был использован расчет t -критерия Стьюдента.

Выявлены достоверные различия ($p \leq 0,05$; $p \leq 0,01$) в показателях школьной тревожности до и после проведения профилактической работы по шкалам «Проблемы и страхи в отношениях с учителями», «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих», «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу», «Страх ситуации проверки знаний».

Результаты контрольной диагностики эмоционального состояния подростков по методике «Человек под дождем», выявили, что наблюдается положительная динамика в показателях обучающихся по симптомокомплексам «Чувство неполноценности» (показатель снизился на 0,8 балла), «Благоприятная ситуация» (повысился на 0,8 балла), «Чувство незащищенности» (снизился на 0,68 балла). Статистический анализ данных выявил достоверные различия ($p \leq 0,05$; $p \leq 0,01$) в показателях эмоционального состояния под-

ГАЛЕРЕЯ МЕТОДИЧЕСКИХ ИДЕЙ

ростков до и после проведения профилактической работы по всем симптомокомплексам методики.

Таким образом, доказано, что система разработанных профилактических мероприятий, обеспечивает профилактику эмоционального неблагополучия подростков 15-16 лет в период подготовки к основному государственному экзамену.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Идобаева О.А. Исследование эмоционального благополучия современных подростков как предпосылка коррекционной работы школьного психолога. Дисс. канд. психологич. наук. – М, 1998. – 143 с.
2. Михайлова Н.Н., Юсфин С.М., Александрова Е.А. Педагогическая поддержка ребенка в образовании: учебное пособие для студентов выс. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 288 с.
3. Холмогорова А.Б. Гаранян Н.Г. Принципы и навыки психогигиены эмоциональной жизни // Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер и М.В. Фаликман. – М.: ЧеРо, 2002. – 752 с. – С. 548–557