Статья

по теме «Влияние эмоциональной напряженности на успеваемость

учащихся в младшем школьном возрасте»

Работу выполнила

 Сенкевич Елена Валерьевна

 Учитель начальных классов

 ГБОУ СОШ № 422

 Кронштадтского района

 города Санкт-Петербурга

**Введение.**

Проблема неуспеваемости относится к вечным вопросам образования и имеет не только практическую, но и теоретическую значимость.

 Трудности в учебном процессе, особенно если они проявляются еще в начальных классах, существенно мешают овладению ребенком обязательной школьной программой. Именно в начальный период обучения у детей закладывается фундамент системы знаний, которые пополняются в дальнейшие годы. В это же время формируются умственные и практические операции, действия и навыки, без которых невозможны последующие учение и практическая деятельность. Отсутствие этого фундамента, не владение начальными знаниями и умениями приводит к чрезмерным трудностям в овладении программой средних классов. В результате такие дети нередко выпадают из обучения. Подобного положения, можно было бы избежать, оказав ребенку своевременную и адекватную его проблемам помощь. Для этого необходимо знать возможные причины трудностей в учебной деятельности и уметь или устранить их, или корригировать последствия.

 Многие отечественные авторы (3.И. Калмыкова, У.В. Утьенкова; Н.Л. Белопольская и мн.др.) и их зарубежные коллеги (Г. Гросманн, В. Шмитц, Тржесоглава и др.) в качестве одного из основных признаков неуспевающих школьников называют особенности их эмоциональных реакций и незрелость мотивов деятельности

 Однако остается практически неосвещенным вопрос о том, какие именно эмоциональные факторы, и каким образом оказывают воздействие на мыслительную деятельность, в частности, на такие ее характеристики как самостоятельность, активность, продуктивность и т.д. Это особенно актуально по отношению к категории неуспевающих младших школьников.

**Неуспеваемость в начальной школе как психологическая проблема**

Проблема неуспеваемости всегда была одной из центральных в педагогике и педагогической психологии. Несмотря на постоянное к ней внимание педагогов и психологов, теоретиков и практиков, данная проблема остается актуальной. Прежде всего, это связано с тем, что количество детей, имеющих трудности в обучении, не уменьшается.

 Каждый учитель в процессе своей педагогической деятельности встречает немало учащихся, которые испытывают трудности при усвоении учебного материала. Без выявления причин этих трудностей, носящих в значительном числе случаев психологический характер, невозможна эффективная работа по их преодолению и, в конечном итоге, повышение школьной успеваемости.

Психологические  причины,  вызывающие  отставание  в  учении, многообразны и находятся в сложной взаимосвязи с внешними проявлениями школьных трудностей.

 Выделяют несколько видов неуспеваемости: **э**пизодическая неуспеваемость, устойчивая неуспеваемость по одному предмету, устойчивая неуспеваемость по ряду предметов.

Основными факторами, влияющими на успешность школьного обучения выделяют:

1. Семейно-бытовые условия,  (плохие бытовые условия, отдаленность местожительства от школы, отсутствие заботы родителей).
2. Педагогическая запущенность (слабый текущий контроль; неаккуратное посещение уроков,  нерегулярное выполнение домашних заданий, низкий уровень дошкольного воспитания детей, проблемы языка обучения, культурный уровень родителей, отношения в семье, нехватку учителей).
3. Экологические.
4. Школьные факторы риска (интенсификация учебного процесса, неадекватность методик и требований).

**К внутренним причинам относят:** недостатки познавательной деятельности учащихся; недостатки развития мотивационной сферы детей и др.

Несформированность у школьника положительной устойчивой мотивации к учебной деятельности может стать ведущей причиной слабой успеваемости. Несформированность мотивационной сферы отрицательно влияет на способность к усвоению знаний. Создавая ситуацию успеха, педагог способствует формированию у детей положительного отношения к процессу учения.

 Помимо уже перечисленных, к причинам возникновения трудностей в обучении относятся также: индивидуально-типологические особенности учащихся и их влияние на успешность учебной деятельности (характер, темперамент). Длительная напряжённая работа (слабый быстро устаёт, теряет работоспособность, начинает допускать ошибки, медленнее усваивает материал); ответственная, требующая эмоционального, нервно – психического напряжения самостоятельная, контрольная работа; ситуация, когда учитель в высоком темпе задаёт вопросы и требует на них немедленного ответа; работа после неудачного ответа, оцененного отрицательно; работа в шумной, неспокойной обстановке; работа после резкого замечания, сделанного учителем; работа под руководством вспыльчивого и несдержанного педагога; когда требуется быстрое переключение внимания с одного вида работы на другой; выполнение заданий на сообразительность при высоком темпе работы; недостатки в подготовке ребенка к школе; соматическая  ослабленность ребенка; нарушения формирования отдельных психических функций вследствие нарушений со стороны ЦНС; несформированность произвольной регуляции деятельности; нарушение системы связей и отношений с другими участниками образовательного процесса.

Таким образом, многообразие причин возникновения трудностей в обучении, а часто и их своеобразное сочетание, создает немалые сложности в выявлении факторов снижения успеваемости младших школьников.

**К особой группе риска можно отнести:**

1. часто болеющих
2. медлительных
3. гиперактивных
4. леворуких
5. детей из социально неблагополучных семей
6. детей, испытывающих эмоциональное напряжение

 Освоение любой деятельности сопряжено с определенными трудностями, их преодоление - естественный процесс достижения целей, решение поставленных задач. В то же время известно, если трудности накапливаются, начинают восприниматься личностью как непреодолимые; они вызывают напряженность, негативные переживания, порождающие внутриличностные противоречия, дестабилизируют деятельность вплоть до ее прекращения. В силу этого проблема влияния деятельности на личность, на ее внутренний мир и, наоборот, влияние личностных особенностей на деятельность является одной из актуальных проблем современной педагогики и психологии.

 Учебная деятельность, в силу своей специфики, обладает объективной сложностью, т.к. учащийся постоянно осваивает то, чего он раньше не знал, чем не владел, сталкиваясь при этом, естественно, с многочисленными трудностями.

Одни школьники преодолевают эти трудности относительно легко, другие - только путем мобилизации всех своих ресурсов, третьи - вообще без посторонней помощи не способны самостоятельно разрешить возникшие проблемы. Комплекс трудностей в учебной деятельности, приобретая устойчивость, дестабилизирует личность и ее внутренний мир, порождает внутриличностные противоречия между желаниями и возможностями, требованиями социума и собственными устремлениями. В таком случае, крайне вероятно возникновение эмоциональной напряженности.

  **Эмоциональная напряженность как следствие неуспеваемости ребенка в начальной школе**

Прежде чем раскрыть понятие эмоциональной напряженности, необходимо рассмотреть особенности эмоциональной сферы младшего школьника.

Формирование эмоциональной сферы является важнейшим аспектом развития личности в целом. В младшем школьном возрасте складывается и проявляется до 70% личностных качеств, поэтому невнимание к развитию личности в этом возрасте порождает педагогические просчеты, которые ярко обнаруживаются на последующих ступенях обучения. Вместе с тем в настоящее время увеличилось число детей «группы риска», у каждого третьего школьника есть отклонения в нервно-психической системе. Психологическое самоощущение детей, поступающих в школу, характеризуется нехваткой любви, теплых надежных отношений в семье, эмоциональной привязанности. Проявляются признаки неблагополучия, напряженности в контактах, страхи, тревога, регрессивные тенденции. Растет количество тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Возникновение и закрепление тревожности связано с неудовлетворением возрастных потребностей ребенка.

Эмоциональная сфера младших школьников характеризуется следующими особенностями:

- легкой отзывчивостью на происходящие события и окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности эмоциями;

- непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний (радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия);

- готовностью к аффекту страха; в процессе учебной деятельности страх ребенок переживает как предчувствие неприятностей, неудач, неуверенности в своих силах, невозможность справиться с заданием; школьник ощущает угрозу своему статусу в классе, семье;

- большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений (на общем фоне жизнерадостности, бодрости, веселости, беззаботности), склонностью к кратковременным и бурным аффектам;

- эмоциогенными факторами для младших школьников являются не только игры и общение со сверстниками, но и успехи в учебе и оценка этих успехов учителем и одноклассниками;

- свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются; мимика других воспринимается часто неверно, так же как и истолкование выражения чувств окружающими, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников; исключение составляют базовые эмоции страха и радости, в отношении которых у детей этого возраста уже имеются четкие представления, которые они могут выразить вербально, называя пять синонимичных слов ,обозначающих эти эмоции.
Таким образом, особенности эмоциональной сферы младшего школьника являются фактором риска возникновения эмоциональной напряженности в этом возрасте.

Согласно концепции Е.П.Ильина, эмоциональное напряжение относится к категории эмоциональных состояний. Эмоциональное напряжение является формой представленности в сознании человека личностной значимости и оценки происходящих в его жизни событий, степени удовлетворения его потребности. Но, в отличие от них, эмоциональное напряжение определяется как неблагоприятное эмоциональное состояние. Некоторые исследователи, наряду с понятием «эмоциональное напряжение», для обозначения неблагоприятных эмоциональных состояний используют и такие сходные с ним понятия, как «напряжение», «эмоциональная напряженность», «стресс», «психическое напряжение», «физическое напряжение».

 Обилие причин, приводящих к эмоциональной напряженности во вре­мя деятельности, обусловливает многообразие форм ее проявления. Можно, например, отметить такие состояния, сопровождающиеся психической напряженностью, как психическое пресыщение, операциональное и эмоциональ­ное напряжение, утомление, «мертвая точка», стресс. Однако какого бы вида ни было напряжение, оно сопровождается выраженной веге­тативной и эндокринной реакцией . Длительное напряжение может приво­дить к патологическим нарушениям сердечно-сосудистой и других систем организма.

 Если психическая напряженность обусловлена высоким темпом сен­сорной или интеллектуальной деятельности, говорят об операцио­нальной напряженности, а если психическое напряжение возникает вследствие фрустрации — об эмоциональной напряженности. И та и другая характеризуются повышенным уровнем активации (возбуждения). Кроме того, зачастую эти виды психического напряжения сопутствуют друг другу, так что разделить их и выделить в чистом виде бывает трудно.

Причиной возникновения психической напряженности может быть не только высокий темп деятельности, но и вынужденная без­деятельность, затянувшееся ожидание предстоящей деятельности, отсрочка ее выполнения или незапланированное прерывание (напри­мер, вынужденный перерыв в деятельности). Всякое прерывание дея­тельности вызывает у человека состояние напряжен­ности, поскольку он стремился закончить данную деятельность, реа­лизовать возникшую у него потребность добиться поставленной цели.

 Т.А. Немчин выделяет три разновидности состояния нервно-психического напряжения в соответствии с интенсивностью его выражения: слабое, умеренное и чрезмерное. Первая степень называется напряжением лишь условно, так как признаков напряжения либо не наблюдается совсем, либо их проявления настолько незначительны, что индивидуум не считает свое состояние эмоционально-напряженным. При умеренно выраженном психическом напряжении в психической деятельности наблюдаются явные позитивные сдвиги: возрастает внимание, изменяется функция памяти, увеличивается продуктивность мышления, повышается продуктивность, увеличивается точность движений, уменьшается количество ошибок. Н.В. Витт предлагает использовать для обозначения такого вида эмоциональной напряженности термин «эмоциональная активация». Третья степень нервно- психического напряжения характеризуется признаками нарушений в психической сфере: снижается объем внимания, его устойчивость и способность к концентрации, способность к переключению внимания; снижается продуктивность кратковременной памяти; обнаруживаются негативные сдвиги в способности к решению логических задач; страдает координация.

Степень возникающего напряжения обусловлена также и психологическими особенностями ребенка: мотивационными, интеллектуальными и другими психологическими характеристиками, жизненным опытом индивида, объемом знаний и т.д. «Основная роль в возникновении угрозы принадлежит не столько объективной опасности и объективным возможностям противостоять этой опасности, сколько тому, как ребенок воспринимает ситуацию, оценивает свои возможности, т.е. субъективному фактору»(Кофт). По мнению Р. Лазаруса, характер ответных реакций на стресс обуславливается такими психологическими факторами как значимость ситуации для субъекта, интеллектуальные способности и пр.

Эмоциональная напряженность может возникнуть у ребенка при попадании в трудные, экстремальные условия, при умственной и эмоциональной перегрузке, создаваемой необходимостью быстрого принятия ответственного решения; трудностями задачи; дефицитом времени при выполнении значимой для человека деятельности; повышенной ответственностью за выполняемую работу; неудачами в деятельности и т.д.

Состояние эмоциональной напряженности как одно из интенсивных эмоциональных состояний способно «существенно влиять на протекание и общую эффективность деятельности» (Овчиникова, Пунг)

Как видим, связь эмоциональной напряженности с эффективностью деятельности – взаимная: с одной стороны, трудности, возникающие в деятельности субъекта, могут порождать состояние эмоциональной напряженности, с другой же – возникшее эмоциональное напряжение может явиться серъезным препятствием в осуществлении эффективной деятельности.

**Заключение**

Этот вывод особенно справедлив в отношении ребенка младшего школьного возраста. Ребенку необходимо овладеть сложной деятельностью – учебной. Зачастую, в силу разнообразных причин, возникают трудности, связанные с формированием различных сторон учебной деятельности. Эти трудности вместе с возрастными особенностями развития эмоциональной сферы (эмоциональная неустойчивость, невысокий уровень саморегуляции и рефлексии) создают условия для возникновения эмоциональной напряженности, которая в младшем школьном возрасте имеет такие проявления, как повышенный уровень тревожности, заниженная самооценка и чувство неполноценности, фрустрированность и пр.

Тем не менее, необходимо отметить, что у детей младшего школьного возраста эмоциональная напряженность еще не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий, ее можно существенно снизить, если педагоги и родители, воспитывающие его, будут соблюдать нужные рекомендации.