

РОЗДІЛ IV. ПРОБЛЕМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ

УДК 376.3.12-054

Тетяна Щетина

Херсонський навчально-виховний комплекс «Дошкільний навчальний заклад – загальноосвітня школа I-III ступенів» №33 Херсонської міської ради
ORCID ID 0000-0001-8615-7620

Олена Гашенко

Херсонський навчально-виховний комплекс «Дошкільний навчальний заклад – загальноосвітня школа I-III ступенів» №33 Херсонської міської ради
ORCID ID 0009-0008-6815-589X
DOI 10.24139/2312-5993/2021.03/152-160

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ШКІЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ В ДІТЕЙ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ

У статті йдеться про важливість розрізнення термінів «тривожність», «тривога», «страх». Наведено низку поглядів науковців на ці поняття. Зазначено про основні види тривожності, зокрема, ситуативна тривожність. Зроблено акцент на тому, що найчастіше тривожність проявляється у дітей із затримкою психічного розвитку. Це зумовлено труднощами, з якими зустрічаються діти при виконанні завдань, що викликають у них різкі емоційні реакції, афективні спалахи. Розкрито поняття «шкільна тривожність», подано інформацію про причини, що призводять до шкільної дезадаптації. З'ясовано, що шкільна тривожність є ознакою шкільної дезадаптації та негативно впливає на всі сфери життєдіяльності учня, зокрема і на навчальну діяльність. Узагальнено, що тривога є однією з причин шкільних труднощів.

Ключові слова: стрес, ресурси, затримка психічного розвитку, тривожність, розлади, психологічна корекція, емоційний інтелект, особистісна тривожність, нервово-психологічна стійкість.

Постановка проблеми. В українських наукових дослідженнях останнім часом все актуальнішим постає питання вивчення поведінки дітей із затримкою психічного розвитку (ЗПР). Це обумовлено тим, що, на жаль, кількість дітей названої категорії зростає. Відповідно вирішення цього питання набуває важливого соціально-психологічного, психолого-педагогічного, морально-етичного значення. Такі діти більшою мірою потребують спеціальної допомоги у процесі навчання та соціальної адаптації, тому налагодження системи допомоги дітям із затримкою психічного розвитку має об'єктивний суспільний сенс.

Більшість сучасних експериментально-психологічних досліджень дітей із ЗПР спрямовані на розгляд особливостей їхньої пізнавальної діяльності, тоді як дані про особливості емоційної сфери цієї категорії дітей взагалі, та про специфіку прояву в них тривожності, зокрема, у літературі нечисленні.

Буремний час, який нині переживає українське суспільство сприяв збільшенню кількості тривожних дітей, які вирізняються підвищеним занепокоєнням, непевністю, емоційною нестійкістю. Тож, проблема дитячого неспокою та її своєчасна корекція наразі є досить актуальною, вирішення якої допоможе усунути труднощі прийняття дитиною нових життєвих ролей, проблеми адаптації, успішності в навчальній діяльності.

Аналіз актуальних досліджень. Проблема емоційного розвитку дітей з особливими освітніми потребами зокрема із затримкою психічного розвитку є досить поширеною серед досліджень українських та зарубіжних науковців. Так О. Бабяк, Т. Вісковатова, А. Замша, Т. Ілляшенко, В. Ковальов, К. Лебединська, І. Омельченко, Л. Прохоренко, Т. Сак, Р. Тригер, У. Ульяновка та ін. розкривали у своїх працях емоційну сферу молодших підлітків із ЗПР, зазначаючи, що вона характеризується підвищеною збудженістю, різкою зміною настроїв, високою імпульсивністю, емоційною напруженістю, підвищенням рівня тривожності.

Дослідженню рівня тривожності в учнів присвячені наукові роботи таких учених: В. Астапова, І. Дубровіна, Р. Кеттелла, Л. Костіна, А. Мікляєва, П. Румянцева, Ч. Спілбергера, З. Фройда та ін..

Певні аспекти проблеми, що пов'язана з особливостями особистісної та шкільної тривожності у дітей із затримкою психічного розвитку представлені в роботах Г. Грибанової, Є. Дзугкоевої, Н. Кондратьєвої, В. Нікішиної, У. Ульяновкої та інших.

Питання розладу емоційної сфери дітей із затримкою психічного розвитку розглядали багато дослідників, тому воно є достатньо розробленим, але певних уточнень потребує тема особливостей тривожності школярів.

Мета статті: обґрунтування особливостей прояву тривожності в дітей із затримкою психічного розвитку.

Виклад основного матеріалу. Предметом дослідження багатьох науковців є поняття «тривожність», що часто асоціюється зі словом «тривога» та використовується як синонім до слова «страх». Але більшість науковців розрізняють ці терміни. Зокрема тривожність використовують для відображення емоційного стану, який характеризується неприємними почуттями, наприклад: негативними думками, відчуттям напруги та неспокою. З фізіологічної точки зору характеризується активністю нервової системи. Часто тривожністю

називають переживання людиною негативних емоцій, які пов'язані з передчуттям уявної або реальної небезпеки (Ясточкіна, 2020).

Також тривожність трактують як: психологічне явище; індивідуальну психологічну особливість особистості; схильність людини до переживання тривоги; стан підвищеної стурбованості. Щодо тривоги, то вона пов'язана з будь-якою життєвою ситуацією і проявляється майже завжди та супроводжує людину в будь-якій діяльності. А коли людина боїться чогось конкретного, то в такому разі говоримо про виявлення страху (Гарковенко, Доскач, 2019). На їхню думку, наявна, певною мірою, складність у виявленні домінуючого джерела тривожності. Відповідно тривожність можна трактувати як інтегральне психічне явище, що має зовнішні та внутрішні джерела.

Педагоги і психологи здебільшого класифікують тривожність за двома основними видами (Науменко, 2020), перший – ситуативна тривожність. Вона породжена деякою конкретною ситуацією, що об'єктивно хвилює та непокоїть людину. Такий стан може виникнути в кожній особі напередодні можливих неприємностей та певних життєвих ускладнень. Він є цілком нормальним та має свій позитив. Тут тривожність є своєрідним мобілізуючим механізмом, що дозволяє людині серйозно й відповідально підійти до вирішення проблем, що виникли. А ось зниження ситуативної тривожності (коли людина перед серйозними обставинами демонструє байдужість і безвідповідальність) найчастіше свідчить про інфантильну життєву позицію. Другий вид – особистісна тривожність. Це особистісна риса, що виявляється в постійній схильності до переживань у різноманітних життєвих ситуаціях, тобто в таких, що об'єктивно не мають підстав. Особа, що схильна до такого стану, постійно перебуває у настороженому та пригніченому настрої, має труднощі в контакті з навколишнім світом, який сприймається нею, як ворожий.

В основному прояви тривожності формуються в дитинстві у процесі становлення характеру і як результат виникає занижена самооцінка і негативне сприйняття навколишнього світу.

Найчастіше тривожність проявляється у дітей із затримкою психічного розвитку. Це зумовлено низкою причин. Серед них труднощі, з якими зустрічаються діти при виконанні завдань, що викликають у них різкі емоційні реакції, афективні спалахи. Вони виявляють сором'язливість при спілкуванні з дорослими, відзначається тривожність і поганий настрій, боязкість, пов'язана з

відчуттям своєї неповноцінності. Їхня емоційна сфера відрізняється незрілістю, інфантилізмом, нестійкістю емоційних реакцій. Така дитина швидко втомлюється, не має глибоких емоційних прихильностей ні до батьків, ні до однолітків. Вольові якості теж перебувають на низькому рівні: вони не вміють стримувати власні емоції. Зовні діти із ЗПР можуть здаватися цілком життєрадісними, але надлишок емоційного реагування також негативно позначається на формуванні їхньої психіки. Їм важко увійти в колектив, тому вони можуть проявляти себе досить агресивно, тривожно.

Переважає більшість дослідників, які займаються проблемами дітей із затримкою психічного розвитку, вказують на те, що адекватність умов навчання та виховання є найважливішим соціальним чинником, що впливає на адаптацію дітей цієї категорії. За даними І. Марковської у житті дітей із затриманим темпом розвитку дорослий відіграє провідну роль. Люди, які оточують цих дітей та дають їм емоційну підтримку, приймаються ними повністю і беззастережно як значущі. Відкрите безпосереднє схвалення та підтримка знімають тривожність, зменшують страхи дитини, зміцнюють у неї почуття безпеки та упевненість у собі (Марковська, 2019).

Зазначимо, що грамотно організовані корекційно-психологічні умови навчання, комфортне емоційне середовище позитивно впливають на розвиток у дітей із ЗПР навичок спілкування, умінь будувати відносини в колективі, знижують тривожність, що сприяє підвищенню шкільної та соціальної адаптації та корекції особистості.

Слід зауважити, що діти з ЗПР виявляють більшу тривожність по відношенню до школи і навчання, ніж їхні однолітки з нормою у розвитку. Це пов'язано з тим, що дітям із затримкою психічного розвитку, притаманна нестійка емоційна сфера, в них менш розвинені компенсаторні і психозахисні можливості порівняно з їх нормотиповими однолітками. Вони менше захищені від впливу неприємних ситуацій, у результаті чого з'являються страх, тривожність.

Тривожні учні вирізняються підвищеною збудливістю, емоційною нестійкістю, невпевненістю, переважанням різних страхів. Тож, тривога як психічна властивість має яскраво виражену вікову специфіку, що виявляється в її змісті, джерелах, формах прояву та компенсації.

У кожному віці наявні певні сфери дійсності, що викликають підвищену тривогу в більшості школярів, незалежно від реальної загрози чи тривожності. Тож до страхів і тривожності більш схильні саме

молодші школярі. А учні цього віку із ЗПР від зазначених проявів страждають частіше. Такий стан викликаний слабко вираженими органічними ушкодженнями головного мозку, внаслідок чого пізнавальна сфера при цьому дефекті збережена більше ніж емоційно-вольова. Отже, саме незрілістю емоційної сфери пояснюється висока схильність молодших школярів із ЗПР до різних страхів і тривожних станів.

Для молодших школярів із ЗПР характерні часті прояви занепокоєння і тривоги, низька фізіологічна опірність стресу. У школі в таких учнів спостерігається стан напруженості, скутості, пасивності, невпевненість у собі. Водночас і адаптаційний період в освітній установі у молодших школярів із ЗПР має відмінні риси, пов'язані з особливостями їхнього рівня психічного розвитку (Колупаєва, Савчук, 2021).

Шкільна тривожність є ознакою шкільної дезадаптації та негативно впливає на всі сфери життєдіяльності учня, зокрема і на навчальну діяльність. А високий рівень тривожності дітей є одним із несприятливих чинників, що перешкоджає здобуттю якісної освіти.

Оскільки молодший шкільний вік є дуже вразливим, то необхідним є раннє виявлення рівня шкільної тривожності в учнів із ЗПР з метою запобігання їхньої шкільної дезадаптації.

Аналіз психолого-педагогічної літератури показав існування різних підходів учених до визначення поняття «шкільна тривожність». Ми підтримуємо думку М. Кузнецова, І. Бабарикіної про те, що під шкільною тривожністю розуміють специфічний вид тривожності, характерний для певного класу ситуацій – ситуацій взаємодії дитини з різними компонентами шкільного освітнього середовища та закріплюється в цій взаємодії (Кузнецов, Бабарикіна, 2019).

Серед причин, що призводять до шкільної дезадаптації називають:

- погіршення соматичного здоров'я;
- небажання ходити до школи;
- надмірна старанність при виконанні завдань;
- відмова від виконання суб'єктивно нездійснених завдань;
- розсіяність;
- зниження концентрації уваги під час уроків;
- страх запізнитися до школи;
- страх втратити або зіпсувати шкільне приладдя (Науменко, 2019).

У молодших школярів найчастішим явищем серед зазначених проявів тривожності відзначається небажання ходити до школи. Воно виникає від недостатньої мотивації та свідчить про те, що учень почувається в закладі освіти дискомфортно. Протилежною формою прояву шкільної тривожності є надмірна старанність таких учнів, що характеризується тим, що вони багаторазово переписують класні і домашні роботи, проводять багато часу над виконанням завдання, відмовляючись заради цього від прогулянок із друзями.

Тривожні молодші школярі вирізняються підвищеною чутливістю, гостро реагують на невдачі, не беруть участь у тій діяльності, де відчують труднощі. У них існують розбіжності у поведінці під час уроків і поза ними. Як правило, на заняттях вони менш активні та напружені. Проте поза уроками такі школярі товариські та рухливі.

Часто підвищений рівень тривожності дітей пов'язаний із боязню запізнитися на навчальні заняття. Цей страх може виражатися як вербально, коли дитина починає квапити своїх батьків, квапить сама себе, прямо висловлює свої побоювання запізнитися на урок, боїться увечері заснути, оскільки вранці можна проспати, так і невербально, коли вона постійно дивиться на годинник перед виходом до школи, рухи її прискорені, метушливі, з'являються інтонації нетерпіння та роздратування.

До інших проявів шкільної тривожності в молодших школярів відносять часті захворювання, «безпричинні» головні болі або біль у животі, різке підвищення температури (нерідко перед контрольними або іспитами), пасивність на уроках, скутість при відповідях, збентеження при найменшому зауваженні з боку вчителя. Також вона може виражатися у хвилюванні, підвищеному занепокоєнні у навчальних ситуаціях, у класі, в очікуванні поганого ставлення до себе, негативної оцінки з боку педагогів, однолітків. Учень постійно відчуває власну неадекватність, неповноцінність, не впевнений у правильності своєї поведінки, своїх рішень. Тому навіть на перерві тривожний молодший школяр не може знайти собі заняття, любить перебувати серед дітей, проте не входить у міжособистісні контакти з ними.

У дітей із ЗПР тривожність нерідко є результатом фрустрації потреби у надійності, захищеності із боку найближчого оточення (провідної потреби цього віку). У зв'язку з цим тривожність у дітей цього віку є наслідком порушення відносин із близькими дорослими.

У молодших школярів таким близьким дорослим, окрім батьків, стає учитель (Ілляшенко, Бастун, Сак, 2019).

Зазначимо, що високий рівень шкільної тривожності не дозволяє успішно вчитися, знижує здатність до концентрації уваги, погіршує відтворення інформації та асоціативне мислення. У зв'язку з цим для такої категорії учнів потрібне проведення корекційної роботи щодо зниження рівня шкільної тривожності. Саме своєчасне виявлення тривожних молодших школярів із ЗПР дозволить уникнути психологічних проблем та проблем їх неуспішності на наступних етапах навчання.

У дослідженнях доведено, що за умови корекції рівня шкільної тривожності в молодших школярів із ЗПР якість навчальної діяльності підвищується (Матвеева, Гаврилов, Миронова, 2020). А основними напрямками в роботі педагога-психолога з корекції високого рівня тривожності у дітей із затримкою психічного розвитку можуть бути: застосування арт-терапевтичних технік та методів казкотерапії, навчання цих технік та методик батьків та підвищення самооцінки учнів. Отже, теоретичний та практичний досвід провідних учених у цій галузі свідчить про важливість і необхідність здійснення психолого-педагогічної корекції рівня шкільної тривожності у молодших школярів із ЗПР.

З урахуванням зазначеного вище сформулюємо такі **висновки**:

Тривожність впливає на емоційне та ціннісне ставлення дітей до себе, заважає відкритому спілкуванню унаслідок недовірливості, впливає на самооцінку, виникнення страхів у спілкуванні з дорослими, знижує рівень стресостійкості, сприяє підвищенню невротизації.

Тривога є однією з причин шкільних труднощів, тому одним із важливих факторів підвищення ефективності навчальної діяльності є створення сприятливого психологічного клімату у навчальному колективі.

Проблема дослідження тривожності в молодших школярів із ЗПР нині актуальна у зв'язку зі збільшенням кількості тривожних учнів.

Виявлення рівня тривожності в учнів із ЗПР вважаємо однією з важливих завдань корекційного педагога, оскільки такі учні відрізняються нестабільністю емоційно-вольової сфери, несприятливими умовами сімейного виховання, як наслідок, виникають труднощі в навчальній діяльності.

Подальші дослідження варто проводити у напрямку систематизації уявлень про стресові розлади у школярів та вивчення

шляхів їх подолання; вплив тривожності окремої особистості учня як на самого себе, так і на шкільне середовище.

ЛІТЕРАТУРА

- Гаркавенко, Н. В., Доскач, С. В. (2019). *Тривожність в умовах соціальних трансформацій у суспільстві*. URL: <https://www.psytir.org.ua/upload/journals/3.25/authors/2019.pdf>. (Garkavenko, N. V., Doskach, S. V. (2019). *Anxiety in conditions of social transformations in society*. Retrieved from: <https://www.psytir.org.ua/upload/journals/3.25/authors/2019.pdf>).
- Ілляшенко, Т. Д., Бастун, Н. М., Сак, Т. В. (2019). *Діти із затримкою психічного розвитку та їх навчання*. Київ. (Ilyashenko, T. D., Bastun, N. M., Sak, T. V. (2019). *Children with mental retardation and their learning*. Kyiv).
- Колупаєва, А. А., Савчук, Л. О. (2021). *Діти з особливими потребами та організація їх навчання*. Київ. (Kolupaeva, A. A., Savchuk, L. O. (2021). *School fears: Types, conditions of manifestation and ways of overcoming*. Kiev).
- Кузнецов, М. А., Бабарикіна, І. В. (2019). *Шкільні страхи: Види, умови прояву та шляхи подолання: монографія*. Харків: ХНПУ. (Kuznetsov, M. A., Babarykina, I. V. (2019). *School fears: Types, conditions of manifestation and ways of overcoming them: a monograph*. Kharkiv: KhNPU).
- Марковська, І. Ф. (2019). Клініко-катамнестичний аналіз затримки розвитку соматогенного генезу. *Дефектологія, 1*, 78-83. (Markovska, I. F. (2019). Clinical-catamnestic analysis of delayed development of somatogenic genesis. *Defectology, 1*, 78-83.).
- Матвєєва, М. П., Гаврилов, О. В., Миронова, С. П. (2020). *Основи корекційної педагогіки*. Кам'янець-Подільський державний університет. (Matveeva, M. P., Gavrillov, O. V., Myronova, S. P. (2020). *Fundamentals of correctional pedagogy*. Kamianets-Podilskyi State University.).
- Науменко, Д. Е. (2020). Визначення рівнів тривожності у дітей-сиріт із ЗПР різних клінічних груп. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія: Соціально-педагогічна, 25, 383–387. (Naumenko, D. E. (2020). Determining the levels of anxiety in orphans with SEN of different clinical groups. *A collection of scientific works of the Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko. Series: Social and pedagogical, 25*, 383–387.)
- Ясточкіна, І. (2020). Особистісна тривожність як соціально-психологічна проблема. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки, 6*, 165–170. (Yastochkina, I. (2020). Personal anxiety as a socio-psychological problem. *Bulletin of Lviv University. Psychological sciences series, 6*, 165–170.)

SUMMARY

Shchetyna Tetyana, Hashenko Olena. Features of school anxiety in children with delayed mental development.

The article talks about the importance of distinguishing the terms "anxiety", "anxiety", "fear". A number of views of scientists on these concepts are given. Two main types of anxiety are noted, in particular, situational anxiety, i.e., caused by some specific situation that objectively worries and disturbs, and personal anxiety, which is defined as a personal trait that manifests itself in a constant tendency to experience anxiety in various life situations, and in such as are objectively groundless.

Emphasis is placed on the fact that anxiety is most often manifested in children with mental retardation. This is due to the difficulties that children face when performing tasks that cause them to have sharp emotional reactions, affective outbursts. Their emotional sphere is characterized by immaturity, infantilism, instability of emotional reactions. Such a child gets tired quickly. Her strong-willed qualities are at a low level: they do not know how to restrain their own emotions. It is difficult for them to enter a team, so they can show themselves quite aggressively and anxiously.

The concept of "school anxiety" is revealed, information is provided about the reasons that lead to school maladjustment. It was found that school anxiety is a sign of school maladjustment and negatively affects all spheres of the student's life, including educational activities. And the high level of anxiety of children is one of the unfavorable factors that hinders the acquisition of quality education. It was determined that the main directions in the work of a teacher-psychologist for correcting a high level of anxiety in children with mental retardation can be: the use of art therapy techniques and methods of fairy-tale therapy, teaching these techniques and methods to parents and increasing the self-esteem of students.

In general, anxiety is one of the causes of school difficulties, therefore, one of the important factors in improving the effectiveness of educational activities is the creation of a favorable psychological climate in the educational team, and identifying the level of anxiety in students with special needs is one of the important tasks of a teacher-psychologist, since such students differ instability of the emotional and volitional sphere.

Key words: *stress, resources, mental retardation, anxiety, disorders, psychological correction, emotional intelligence, personal anxiety, neuropsychological stability.*