

В.В. Рубцов

Школа и стрессы: современное состояние проблемы



Предметом нашего исследования является образовательная ситуация. Нам предстоит понять, в каком отношении эта ситуация является благоприятной и комфортной для обучения и развития детей в школе, оценить факторы, которые неизбежно сопровождают школьное обучение и создают предпосылки для возникновения различных стрессов у участников образовательного процесса.

Нам предстоит не только оценить эти факторы в целом, но всерьез отнестись к профилактике школьных стрессов, обозначить конкретные условия и задачи, следование которым поможет педагогам, детям и их родителям правильно видеть причины многих стрессовых ситуаций, воздействовать на эти причины, эффективно действовать в случае стрессовых расстройств, а в итоге положительно влиять на сохранение здоровья наших детей и их развитие.

1. Стрессовые факторы, характеризующие образовательную среду современной школы

Проблема школьных стрессов отнюдь не является новой или неожиданной для специалистов — педагогов, психологов, управленцев: в той или иной степени каждый из нас сталкивается с этой проблемой в своей практике. Сталкивается тогда, когда поддерживает детей в связи с их трудностями, возникающими при обучении в школе, анализирует возникновение детских проблем или оказывает помощь детям в процессе школьного обучения.

Знают и остро переживают эту проблему родители, которых не могут не тревожить детские переживания и проблемы обучения, возникающие расстройства или личностные конфликты, связанные со школой. Для них небезразлично, когда встает вопрос о благополучии и защищенности их детей, об угрозах их развитию, или безопасности детства в целом.

В последнее время школа оперирует цифрами, свидетельствующими об ухудшении здоровья подрастающего поколения. Однако школа все чаще сама становится причиной появления целого ряда факторов, ухудшающих условия развития и сохранения здоровья детей. Так, по данным исследований Института возрастной физиологии, Психологического института РАО, РГПУ им. А.И. Герцена и др., в школу приходит около 20% детей с различными нарушениями психического здоровья пограничного характера. К концу обучения в начальной школе их становится значительно больше.

Виталий Владимирович Рубцов — академик РАО, доктор психологических наук, профессор, крупный ученый, специалист в области возрастной, педагогической и общей психологии.

В.В. Рубцов — член Президиума РАО, председатель центрального регионального отделения РАО. С 1997 г. является ректором Московского городского психолого-педагогического института, председателем редсоветов журналов «Вопросы психологии», «Вестник практической психологии образования», «Психологическая наука и образование», членом Издательского совета двух международных журналов, почетным профессором Висконсинского университета (Мэдисон, США).

В ПИ РАО В.В. Рубцов возглавляет лабораторию психологических основ новых образовательных технологий. В выполненных им работах представлена типология моделей, учитывающая возрастные возможности, особенности развития при обучении различных контингентов учащихся, что имеет принципиальное научное значение для решения широкого класса задач непрерывного образования.

В.В. Рубцовым обоснован новый вариант генетико-моделирующего метода, позволяющего глубже изучить возникновение учебно-познавательных действий, опубликовано более 200 работ, включая фундаментальные монографии. За вклад в науку и практику современного образования В.В. Рубцов удостоен Государственной премии Президента РФ в области образования в 1998 году и звания «Заслуженный деятель науки России» — в 2004 году.



Можно указать на ряд основных причин, с которыми связаны факторы возникновения различных видов стрессов у детей в условиях школьного обучения. Действие этих факторов является неотъемлемой составляющей современного образования¹.

Так, первая группа причин связана с приходом детей в школу (переходом от дошкольного детства к школьному обучению). Трудности адаптации конкретного ребенка к школе зависят от того, в какой мере домашняя обстановка отличается от школьной, как переживает это отличие сам ребенок, как он подготовлен к особенностям собственно учебной деятельности — принципиально новым по форме и содержанию отношениям с другими детьми и взрослыми. Трудная судьба может постигнуть плохо адаптированного, не достигшего функциональной готовности к учебе, медленно усваивающего материал или соматически ослабленного школьника.

Другая группа причин связана с техническим прогрессом и уровнем развития общества, определяющими по сути дела границы сложности школьных программ и соответственно структуру и содержание учебных предметов (порой не учитывающих закономерности развития ребенка-школьника). Избыток содержания ведет к трудностям усвоения учебного материала, а в итоге к перегрузкам детей, являющимся главной причиной ухудшения здоровья школьников.

Одним из наиболее значимых факторов, создающим перегрузки и стрессовые состояния, является острая нехватка времени. Цейтнот, по данным многих исследователей, связан как с высокими и все возрастающими нагрузками, так и с неэффективными методами учебной работы школьников, когда успешность обучения связывается не с качественными, а с количественными показателями усвоения знаний.

Положение ученика усложняется еще больше, если он страдает задержкой развития, дислексией, нарушением перцепторно-двигательных функций или воспитывался в условиях социальной депривации, в неблагоприятной социально-культурной среде. Ухудшает положение ребенка своеобразное приклеивание ярлыка «больного», поскольку изменяет отношение к нему окружающих детей и взрослых. В таких случаях ответственность за успешную учебу ребенка нередко перекладывается с педагогов на медиков, а школа стремится избавиться от такого «неполноценного» учащегося.

Следующая группа причин связана с адаптацией детей к школьному обучению, способностью противостоять тому своеобразному «внешнему» давлению,

которое неизбежно сопровождает ребенка в процессе обучения в школе. Последнее в свою очередь, также зависит от целого ряда факторов, среди которых следует указать уровень возрастного и личностного развития детей, способности ребенка к общению со взрослыми и сверстниками, умение взаимодействовать «с разными другими» и пр.

Специфическое давление образовательной среды имеет вполне конкретные формы взаимодействия с учителями, одноклассниками и родителями и во многом зависит от педагогического мастерства всех участников образовательного процесса, от культуры и такта окружающих ребенка взрослых. В свою очередь степень этого давления прямо связана с уровнем развития общества и реальной ценностью, которое приобретает образование в современном мире.

В качестве еще одной причины, следует указать на наличие в школе фактора соревновательности, следствием которой является ориентация учащихся на высокие показатели. Известно, что отстающих, как правило, осуждают, причем в дальнейшем отношение к ним становится враждебным. У таких детей легко развивается «самопораженческая» реакция и негативное представление о собственной личности, формируется заниженная самооценка: они смиряются с ролью неудачников, «неуспевающих» и даже «нелюбимых», что препятствует их дальнейшему развитию и увеличивает риск возникновения психосоматических расстройств.

Причиной школьных стрессовых ситуаций является также отсутствие дружеских отношений или неприятие детским коллективом, проявляющееся в оскорблениях, издевательствах, угрозах или принуждениях к той или иной неприглядной деятельности. Следствием неспособности ребенка соответствовать настроениям, желаниям и деятельности сверстников становится почти непрекращающееся напряжение в отношениях, личностные конфликты, доходящие до прямых столкновений между отдельными детьми или группами, с различными негативными последствиями.

Серьезной психологической травмой для ребенка может стать смена школьного коллектива. Причина этого кроется, с одной стороны, в потере старых друзей, с другой — в необходимости подлаживаться к новому коллективу и новым педагогам. Включение в новый коллектив может стать для некоторых детей непосильной задачей, столкновение с которой приводит к серьезным стрессам. Очень часто трудной, а порой неразрешимой проблемой для ученика становится негативное (враждебное, пренебрежительное, скептическое, а, нередко, подавляющее ребенка) отношение учителя или несдержанное, грубое, излишне аффективное поведение невоспитанного, невротичного или личностно измененного воспитателя, пытающегося справиться с детским коллективом «с позиции силы». Важно помнить, что авторитарный учитель, считающий знание своего предмета самой главной целью обучения детей, представляет серьезную опас-

¹ За рамками этой публикации остается историко-культурный анализ соответствующих факторов. Их действие, однако, не является случайным. Уже в конце XIX века такие из них, как повышенный уровень учебной нагрузки, структура и содержание образования, недоучет возрастных особенностей детей, исследователи отмечали как негативные факторы, сопровождающие школьное обучение.

ность для психологического здоровья школьников. Поэтому крайне важно «жестко» контролировать работу таких педагогов.

2. Риски, связанные с особенностями профессиональной деятельности участников образовательной ситуации (педагоги, психологи, руководители образовательных учреждений)

Определение причин, способствующих возникновению и действию стрессов в образовательной ситуации, будет неполным, если не распространить анализ таких причин на определение особенностей профессиональной деятельности учителя, психолога, руководителя школы.

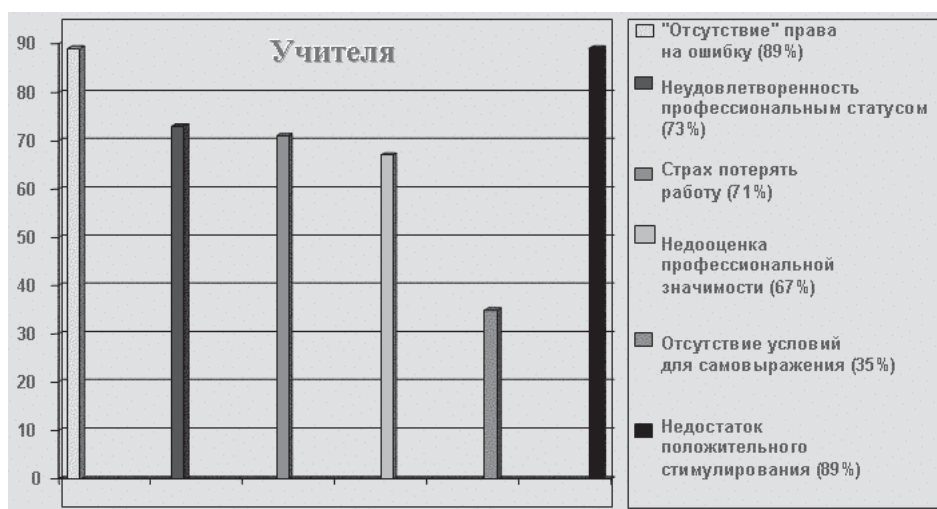
Установлено, например, что профессиональная деятельность педагога является одним из наиболее напряженных (в психологическом плане) видов социальной деятельности: труд учителя входит в группу профессий с большим числом стресс-факторов, что в свою очередь предъявляет повышенные требования к такой ее интегральной характеристике, как стрессоустойчивость. Более того, изучение стрессоустойчивости этого вида деятельности приобретает в настоящее время особую значимость в связи с ее все возрастающим стрессогенным характером, обусловленным ломкой социальных стереотипов, социальным заказом на воспитание молодого поколения с учетом новых стратегий развития общества, возрастающей конкуренцией, усиливающимся расслоением в обществе и т.д. Важно учитывать в полной мере это обстоятельство, поскольку именно учитель в первую очередь отвечает за организацию комфортной образовательной среды, делает (на практике) эту среду благоприятной для обучения школьников.²

По результатам нашего исследования, проведенного в Южном, Центральном, Северо-Западном регионах России, в качестве факторов, влияющих на эмоциональное выгорание и профессиональную деформацию у работников образования, выделены следующие:

- Фактическое отсутствие «права на ошибку». Известно, что для того, чтобы избежать профессиональных неудач большинство учителей «расширяют»

свое рабочее время (берут работу на дом и др.). В результате они лишают себя полноценного отдыха и возможности восстановиться после работы.

- Неудовлетворенность профессиональным статусом.
- Страх потерять работу из-за сокращения рабочих мест вследствие снижения уровня рождаемости.
- Недооценка профессиональной значимости со стороны руководителей и коллег. (Этот фактор наиболее часто наблюдается у молодых специалистов, а также у учителей, которые приходят из других учебных заведений).
- Отсутствие условий для самовыражения и самореализации.
- Недостаток положительного стимулирования труда.

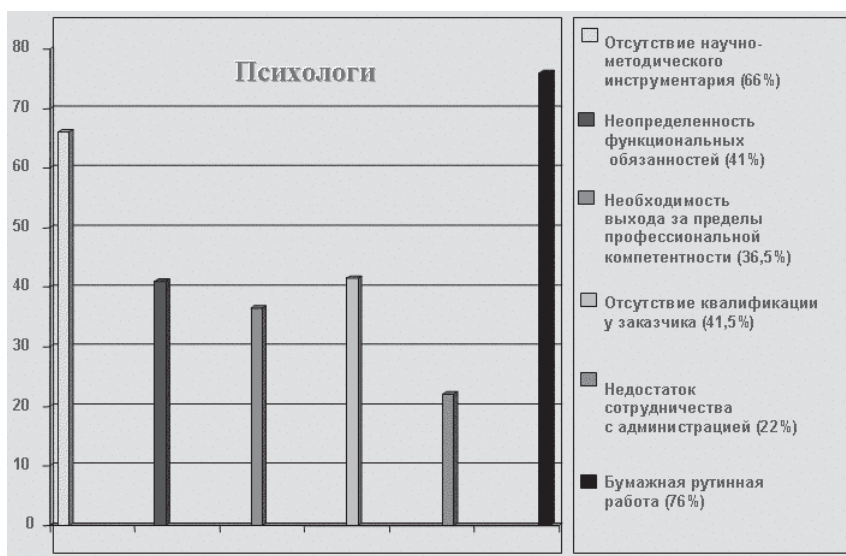


По результатам нашего опроса 89% работников образования выделяют 1 и 6 факторы в качестве основного стрессора, 73% указывают на 2 фактор как источник стресса, 71% выделяют 3 фактор в качестве стрессора, 67% указывают, как стрессор, 4 фактор, 35% считают стрессором 5 фактор.

Психологи, работающие в образовательных учреждениях, в качестве наиболее значимых стрессогенных факторов указали:

- отсутствие необходимых диагностических материалов и в целом научно-методического инструментария, в том числе, обеспечивающего работу в стрессовых ситуациях (66% психологов);
- неопределенность функций, обязанностей и ответственности психолога (41% психологов);
- необходимость выполнять работу, выходящую за пределы профессиональной компетентности (36,5% психологов);
- отсутствие квалификации в области психологии образования у тех, перед кем приходится отчитываться (41,5% психологов);

² По данным НИИ медицины труда, к неврозам, связанным с профессиональной деятельностью, склонны около 60% учителей.



- недостаток сотрудничества с администрацией, педагогическим коллективом и родителями (22% психологов);
- чрезмерное количество бумажной рутинной работы (76% психологов).

По данным опроса руководители образовательных учреждений в качестве стрессогенных факторов выделяют: перегрузки (93%), конфликтные ситуации (89%), частые проверки вышестоящих организаций (87%), предъявление противоречивых требований (67%), нововведения и частые изменения в образовательных программах (53%), неудовлетворенность социальным статусом (52%).

Важнейшую роль в педагогической профессии играют личностные особенности специалиста, выбор способов преодоления стрессовых ситуаций, которые в своей совокупности обуславливают умение справляться с ситуацией хронического напряжения и предрасполагают личность либо к активному, преобразующему стилю преодоления трудных жизненных ситуаций, либо к выбору другого пути, мало способствующего поиску конструктивного выхода из трудных ситуаций.

3. Позиция родителей и их роль в преодолении школьных стрессов

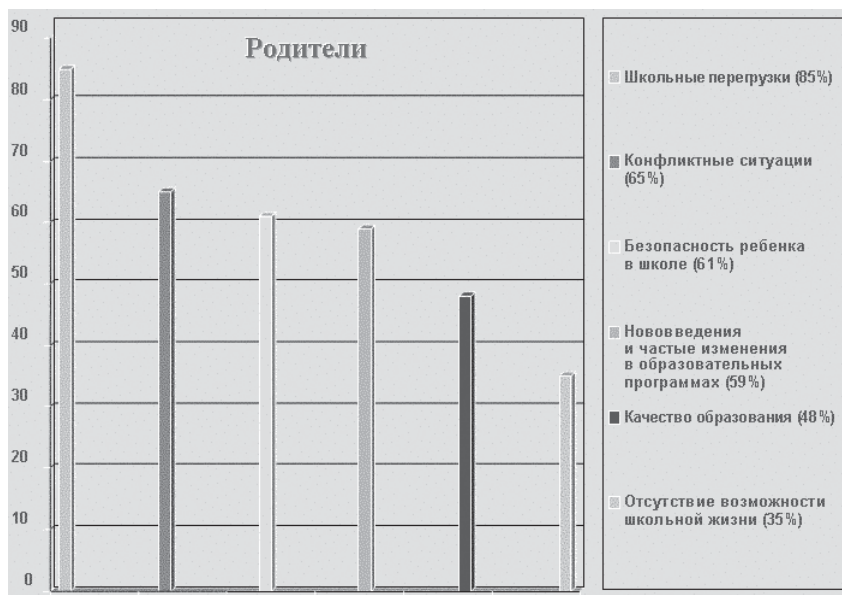
Среди стрессовых факторов, отрицательно влияющих на ребенка в период школьной жизни, особое место занимают неблагоприятные семейные факторы. Известно, что родительское воспитание при определенных условиях может быть неблагоприятно, когда:

- ребенок воспитывается одним родителем;
- ребенок воспитывается приемными родителями, отчимом или мачехой, родственниками, чужими людьми, а также родителями при непостоянном с ними проживании;
- воспитывающий родитель чувствует себя несчастным и, замыкаясь в семье, не способен создать своему сыну или дочери необходимые условия для формирования позитивных чувств и отношения к жизни.

Вместе с детьми по понятным причинам в школу входят реальные проблемы родителей: их собственный негативный школьный опыт, страхи перед школой, неадекватные ожидания детей, лич-

ные и семейные проблемы и многое, многое другое — все то, что создает негативный фон для возникновения школьных стрессов. Социальная изоляция семьи также может стать реальным фактором риска для ребенка, поскольку она противодействует его контактам с окружением. А недостаточное общение ребенка с родителями, отсутствие совместных игр и занятий не только ограничивает возможности его развития, но и ставит его на грань психологического риска.

По мнению родителей, на стресс в школе в значительной степени влияют: школьные перегрузки (85%), конфликтные ситуации (65%), безопасность ребенка, пока он в школе (61%), нововведения и частые изменения в образовательных программах (59%), качество образования (48%), отсутствие возможности влиять на процессы школьной жизни (35%).





Современная ситуация, ориентированная на создание комфортной образовательной среды школы, должна учитывать роль семьи в школьной успешности, социальном, эмоциональном, психологическом благополучии учащихся, а следовательно эта ситуация предполагает как можно более полное включение семьи в систему работы со стрессами детей. Семья может помочь собрать максимально полную информацию о ребенке, его прошлом и настоящем, выявить его сильные стороны и интересы, помочь проверить предположения о нуждах ребенка, обеспечить условия для успешного раннего вмешательства и помощи.

4. Об условиях организации комфортной образовательной среды в современной школе

Для специалистов-психологов, работающих в проблематике школьных рисков, очевидными являются те общие основания, которые позволяют ставить проблему организации педагогической ситуации, комфортной и благоприятной для обучения ребенка в школе. Это:

- целенаправленное профессиональное влияние каждого участника на формирование комфортной образовательной среды школы, на гуманизацию отношений самих участников образовательного процесса;

- адресная помощь ребенку в решении актуальных задач обучения и развития, а также социализации в условиях школы (собственно учебные затруднения, личностные и межличностные проблемы, проблемы социально-эмоционального характера, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута и т.д.);

- активное предупреждение возникновения острых, деструктивных проблем развития ребенка в процессе обучения;

- эффективное применение адекватных методов и технологий работы в условиях стресса;

- повышение уровня психолого-педагогической компетентности педагогов, психологов, управленцев,

родителей, а также самих детей, включая овладение ими технологиями индивидуальной и групповой работы в условиях стресса.

Понятны также основные задачи, решение которых позволит эффективно работать в условиях школьных рисков. Необходимо:

- провести анализ образовательной ситуации с целью выявления факторов, определяющих возникновение и действие стрессов в условиях школьного обучения (этот анализ потребует целенаправленной исследовательской работы на базе образовательных учреждений с последующей оценкой каждым участником — педагогом, психологом,

- администратором, родителем — возможных рисков, присущих современной школе);

- отработать систему согласованных взглядов и представлений педагогов, психологов, руководителей образовательных учреждений и родителей на образовательную среду школы, как на комфортную среду, благоприятную для обучения и развития современного ребенка (экспериментальная модель «школа без стрессов»), обосновать условия организации такого типа образовательной среды и требования к ее эффективной организации, относящиеся ко всем участникам, отвечающим за обучение детей в школе, включая систему задач и действий для каждого участника педагогической ситуации;

- обосновать комплекс методов и технологий для работы педагогов, психологов, управленцев, родителей, а также самих детей в условиях возникновения стрессов, а также в целях их профилактики в процессе школьного обучения;

- составить минимальный и доступный комплекс упражнений и занятий для применения каждым участником образовательной ситуации;

- сформулировать конкретные рекомендации педагогам, психологам, управленцам, родителям по организации комфортной образовательной среды, благоприятной для обучения и развития детей в современной школе.

От нашей совместной работы в значительной степени будет зависеть решение этих задач, а в итоге возможен конструктивный подход к решению проблемы стрессов, возникающих и существующих в процессе обучения детей в школе.