

## Записки школьного психолога, или Размышления над результатами школьной диагностики

Г.А. Данюшевская



Сейчас в обществе много говорят и пишут о школе, спорят о ее влиянии на ученика, о том, что она может и должна... Так как же все-таки школа влияет на ребенка? И в чем это влияние проявляется?

А зачем спорить? Спросите у школьных психологов, которые в силу профессиональных обязанностей занимаются изучением этого самого влияния: диагностика – обязательный пункт в плане их работы. И вот тут-то школьные психологи могут помочь ответить на многие вопросы общества к школе, ведь они имеют дело с так называемой обратной связью, когда из достаточно субъективных ответов учеников на предложенные вопросы рождается объективная закономерность школьной реальности. О некоторых выявленных реальностях мне и хотелось бы немного порассуждать.

Что такое самочувствие, знает каждый. От того, хорошее оно или не очень, зависит и настроение, и то, как день сложится. А что получится, если задать вопрос про самочувствие учащимся разных классов?

Чтобы сделать ответы приближенными к «объективности», можно попросить ребят дать оценку своему самочувствию по заданной шкале, например от 0 до 5 баллов. А теперь попросим их дать оценку своему самочувствию: какое оно бывает обычно или чаще всего дома и в школе?

Самый интересный процесс – процесс наблюдений и подсчетов: будет ли самочувствие дома лучше, чем в школе (а может ли быть наоборот?), какую оценку самочувствию в школе поставили ученики, в ка-

ком классе самочувствие самое хорошее, а в каком – самое плохое? И наконец, главный для школы вопрос: что с этим теперь делать?

Я занимаюсь изучением этих вопросов на протяжении нескольких лет в разных школах, и в каждой из них мы находим свои пути решения выявленных нами проблем. Но остановимся на общих закономерностях.

Во-первых, самочувствие школьников из года в год в рамках одной школы остается приблизительно одинаковым. Например, в одной из школ города средняя оценка самочувствия оказалась равна: в 1999/2000 уч. г. – 3,4 (68%), в 2000/2001 уч. г. – 3,3 (66%).

И это в общем-то закономерно, поскольку школа из года в год повторяет выбранные ею принципы работы и подходы к взаимодействию с учениками. Естественно, если эти принципы и подходы меняются, то меняется и восприятие школы учениками, что не преминет сказаться на их оценке своего самочувствия в школе.

Если сравнить разные школы, то можно увидеть, что границы оценки самочувствия учащихся могут смещаться (особенно это заметно в параллели классов), а могут иметь и похожие тенденции, как, например, на диаграммах 1 и 2.

Диаграмма 1

Самочувствие детей в школе А

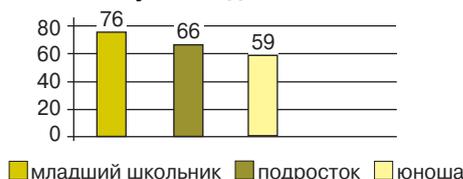
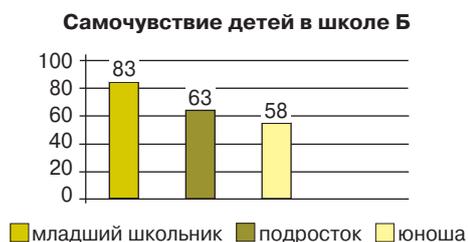


Диаграмма 2



Известно, что с точки зрения возрастной периодизации школа делится на 3 периода:

- младшие школьники (7–10 лет, или 1–5-е классы в недавнем прошлом);
- подростки (11–15 лет, или 6–10-е классы);
- юноши (16–17 лет, или 11-й класс).

Представим весь фактический материал в виде табл. 1.

Видно, что в случае А снижение самочувствия подчинено некоторому внутреннему психологическому ритму, т.е. снижение отмечается в классах, сложных с точки зрения возрастных психологических изменений. В случае Б изменения происходят по-другому: самое низкое самочувствие отмечается в 7-м и 11-м классах, где, по всей видимости, наиболее резко проявляется несбалансированность уровня требований и методов обучения с особенностями подростков и их психофизиологическими возмож-

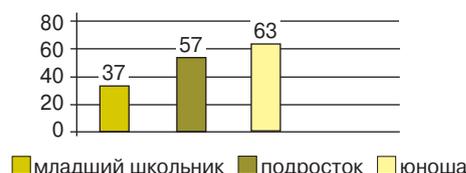
ностями. Ведь именно в 11–12 лет (6–7-й классы) происходят наиболее резкий рост и физиологические изменения организма, что проявляется в снижении уровня здоровья и повышенной чувствительности к перегрузкам (физическим, психологическим или эмоциональным). Именно поэтому учащиеся 6–7-го классов требуют особенно пристального внимания как со стороны учителей (мотивация, учет факторов здоровья и дозирование нагрузок, адекватные формы и приемы обучения), так и со стороны родителей (контроль, поддержка, режим дня, поддержание уровня здоровья). Но всегда ли эти факторы учитываются школой и семьей? Не приходится ли нашим детям часто оставаться один на один с разнообразными проблемами внешнего и внутреннего плана? А та нагрузка, которая сейчас ложится на плечи одиннадцатиклассников, зачастую оказывается не под силу и здоровому взрослому человеку! Безусловно, обсуждение темы общих психологических нагрузок и требований общества к современному молодому поколению является весьма актуальным. Тем более что, как мы видим, это скажется и на общем самочувствии детей: обратите внимание, что и в случае А, и в случае Б самочувствие школьников снижается от начального периода обучения – в нашем случае

Таблица 1

Класс	Основная школа					Старшая школа	
	5	6	7	8	9	10	11
Возраст (число лет)	10	11	12	13	14	15	16
Категория	Младшие школьники	Младшие подростки		Старшие подростки		Юноши	
Психологические кризисы развития		Большой кризис		Кризис 13 лет		Малый кризис	
Самочувствие в школе А (в %)	76	64	72	60	70	58	59
	68,4%					58,5%	
Самочувствие в школе Б (в %)	74	66	51	71	66	62	58
	65,6%					60%	

Диаграмма 4

**Негативные эмоции, связанные со школой**



от 5-го класса к завершению учебы в 11-м классе. Кроме того, по данным измерений в школе А, самочувствие в старшем звене (10–11-й классы) очень заметно снижается также и от начала учебного года к его концу: в декабре оно составляло 58,5%, а в мае – уже только 47%.

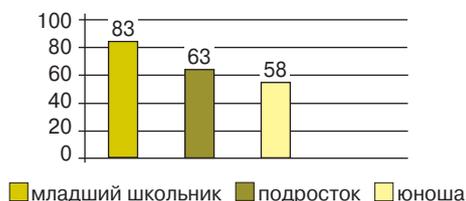
При детальном исследовании самочувствия учащихся в школе Б выявилась следующая картина.

1. Самочувствие дома оценивается детьми высоко – более 80%, и снижение этого показателя с возрастом происходит незначительно (на 6%).

2. А вот самочувствие в школе резко (на 20%) снижается в подростковом возрасте, а в целом к концу периода обучения падает на четверть (25%). Почему же происходит резкое снижение по сравнению с начальной школой? Встречный вопрос: а учитывает ли школа особенности подросткового возраста с его стремлением к общению и выражению себя? Как бы вы себя чувствовали, если бы ваши потребности удовлетворялись только на 1/5 часть? Скорее всего, были бы ужасно раздражены. То же самое испытывают и дети: негативные эмоции, связанные со школой, возрастают в той же пропорции, в которой снижается самочувствие (сравните диаграммы 3 и 4), вернее было бы сказать – самочувствие снижается в той же мере, в какой накапливаются негативные эмоции.

Диаграмма 3

**Самочувствие детей в школе**



Кроме всего прочего, постоянно возрастающий от класса к классу уровень требований к школьникам создает условия для переутомления, психологической усталости и, как следствие, снижает эмоциональный фон учащихся.

Что же происходит с самочувствием учеников на протяжении их школьной жизни? Поскольку имеется четкая психологическая разница между начальной и основной школой, то сравним их между собой:

1) самочувствие в школе «на 5» снижается в 5 раз, а самочувствие «на 2», наоборот, увеличивается в 3 раза, что говорит о том, что накапливается негативный опыт обучения в школе;

2) комфортность самочувствия в школе, когда здесь так же хорошо, как и дома, снижается в 3 раза, а некомфортность (в школе хуже, чем дома) возрастает приблизительно в той же пропорции – почти в 2,5 раза.

Таким образом, если младший школьник довольно часто чувствует себя в школе так же хорошо, как и дома (Д=Ш у 46% опрошенных), а иногда даже лучше, чем дома (Д < Ш у 21% опрошенных), то подросток и юноша чувствуют себя в школе некомфортно (Д > Ш у 74 и 77% опрошенных).

Что интересно, дети не перестают при этом учиться! Хотя многие начинают это делать хуже, чем могли бы, а часть из них пытается спасти свое психическое здоровье, прогуливая уроки. Ничего хорошего из этого не получается, естественно.

Показательна в этом смысле личностная диагностика 10-го класса, который отличался сильными и активными учениками: они с блеском участвовали во всех школьных мероприятиях, готовили потрясающие театральные постановки, выступали на городских олимпиадах, конкурсах и т.п. По окончании школы среди них было 5 медалистов. В общем – мечта любой школы, а не класс! Проведя у них по просьбе

классного руководителя диагностику по методике «Несуществующее животное» (а мы провели несколько классных часов на темы личностного развития), я, естественно, настроилась на такие же яркие, объемные, интересные рисунки. Рисунки и правда были очень интересные и выдающие незаурядных личностей, но вот что было абсолютно неожиданным... (Прошло уже три года, а я до сих пор не могу забыть это «открытие».) Оказалось, что у детей за время обучения в основной школе накопилась психологическая усталость от предлагаемого уровня требований, состояние тревоги испытывал 61% учащихся, потребность защититься от давления со стороны взрослых – 52%, внутренние страхи переживали 57%, т.е. среди этих вундеркиндов определенный внутренний психологический дискомфорт имело более половины класса. А что же школа? Может, она специально издевалась над своими учениками, запугивала их, терроризировала? В том-то и дело, что школа желала дать детям все лучшее, максимально полно снабдить их самыми качественными знаниями, развить их способности, предоставить им максимум возможностей для реализации, т.е. честно выполняла все функции, возложенные на нее обществом в свете последних школьных реформ образования.

Вы никогда не задумывались, что в нашем обществе все самые благие начинания носят несколько абстрактно-идеализированный характер, оторванный от реальных людей – их «всамделишных» нужд, ожиданий, возможностей в конце концов? И когда я всматриваюсь и вдумываюсь в то, что же мы ожидаем от наших детей, что перекладываем на их неокрепшие плечи, мне становится жутковато: что бы вы сказали на предложение в течение 10–11 лет каждый день по 8–9 часов в день «брать высоту», которую кто-то для вас установил «из лучших побуждений», не очень-то считаясь с вашими собственными инте-

ресами и желаниями? Наверняка чувствовали бы вы себя при этом «не очень». Вот и я после всего увиденного сделала неутешительный (увы!) вывод о психологическом состоянии детей: в целом перед нами оказались интересные, неглупые дети, попавшие в ситуацию постоянных повышенных требований к ним со стороны взрослых с невозможностью полностью соответствовать предлагаемым ожиданиям, в силу чего у подростков развился эмоциональный стресс, проявляющийся в повышенной тревожности и стремлении оградить себя от требований взрослых и уйти в собственный внутренний мир. В то же время переживание личного неуспеха (как «невозможности соответствовать») породило стремление быть в центре внимания, чтобы получать какие-то знаки, подтверждающие собственную значимость (это позиция раннего человека, зависящего от признания окружающих). Вот вам и портрет современного «хорошего ученика»: разделение внешнего и внутреннего планов (за внешней отгороженностью – внутренняя жажда похвалы и признания) и отсутствие личностной гармонии в сочетании с попыткой сохранить свой внутренний мир и оградить свое «я» от излишней критики. Надо сказать, что такое психологическое состояние отразилось и на оценке самочувствия в школе: 10-й класс дал одну из трех самых низких оценок самочувствия в школе – 2,58 (52%), что было для нас до проведения личностной диагностики класса совершенно необъяснимым.

Следовательно, если современная школа на самом деле качественно решает вопросы о нагрузке, о системе требований к учащимся основной школы и к системе оценивания результатов, о соответствии уровня требований психофизиологическим возможностям современного школьника и реально обеспечит дифференцированный и индивидуализированный подход в обучении (что при сегодняшнем обеспечении школы и отношении к учителю невозможно), то решение этой триединой проблемы

позволит действительно вывести качество обучения на новый, более высокий уровень с сохранением уровня здоровья учащихся и достижением психоэмоционального благополучия детей, что будет способствовать их лучшему личностному развитию и раскрытию их творческих способностей.

Изучение проблемы самочувствия учащихся выводит нас на ряд сопряженных проблем: психологические ожидания школьников от учебы и связанный с этим рост или спад учебной мотивации; факторы школьной жизни, снижающие и повышающие мотивацию к учению у школьников; проблемы психоэмоциональных нагрузок и складывающиеся отношения учеников с учителями; проблемы соответствия психофизиологических возможностей детей, уровня их здоровья уровню предъявляемых требований (особенно в так называемых престижных школах). Безусловно, как всякое сложное явление школа являет собой пример системы, где взаимосвязаны многие участники и процессы и где одно тут же выводит за собой другое. И чем точнее мы будем представлять себе все механизмы развития тех или иных сторон учебного процесса и причинно-следственные связи взаимовлияний друг на друга участников учебной деятельности, тем эффективнее мы сможем использовать в школьной практике конструктивные и позитивные основы по-настоящему развивающего обучения.

В ходе работы по изучению самочувствия школьников была предпринята попытка не только оценить его количественно, но и понять, что оказывает на него влияние. С этой целью ученикам предлагалось ответить на вопрос «От чего зависит твое самочувствие в школе в первую очередь?».

Общий рейтинг факторов выглядит следующим образом:

- 1) от оценки (в том числе от успеваемости в прошлый день);
- 2) от моего настроения;
- 3) от друзей, одноклассников (ауры в классе);

4) от уроков (их количества, легкости, скучности, очередности расписания);

5) выспался ли;

6) от учителей, в том числе от их настроения;

7) от погоды;

8) как я сделал уроки, готов ли к занятиям, как настроился на урок;

9) от количества контрольных и самостоятельных работ в день (от неудач по контрольным работам);

10) от объема домашних заданий;

11) от моего самочувствия, состояния здоровья;

12) от нагрузки, от усталости;

13) от настроения других людей.

Если пересмотреть этот список согласно факторам, связанным с учебным процессом, и теми факторами, которые связаны с отношениями в ходе учебного процесса или внутришкольной практики, то получится следующая картина их влияния на самочувствие школьников:

- на 1-м месте – то, что имеет отношение к учебному процессу (оценка как показатель успешности учебы, количество и сложность или легкость уроков в течение дня, насколько ребенок готов к уроку, количество домашних заданий и количество контрольных работ в день);

- на 2-м месте – настроение, здоровье самого ученика, т.е. его психологический и физиологический комфорт, на который естественным образом оказывает влияние обстановка в школе, в том числе режимные моменты, связанные с общей нагрузкой, питанием и т.п.;

- и на 3-м месте – отношения со сверстниками и учителями. Здесь особенно важна внеклассная воспитательная деятельность учителя как реализация потребности ребенка (особенно, как мы помним, подростка) в общении.

Из обозначившегося в ответах детей круга факторов видно, что на самочувствие ребенка в школе могут оказывать влияние также и факторы, непосредственно со школой не связанные,

но в то же время могущие и вытекать из условий школьной практики. Так, например, ребенок мог не выспаться по причине того, что смотрел допоздна кинофильм, или по причине того, что учил уроки; плохое самочувствие может быть связано с конкретным заболеванием или с утомлением в школе и т.п.

Попробовав выделить то, что более всего связано со школой, я получила рейтинг факторов, более всего влияющих на самочувствие ребят в школе (их влияние более чем в 2 раза весомее, чем каких-либо других):

- 1) оценка (или, точнее, отметка);
- 2) уроки;
- 3) общение с друзьями, отношения в классе, взаимопонимание;
- 4) усталость, нагрузка, полноценный сон;
- 5) готовность к уроку, объем домашнего задания;
- 6) отношение учителей к ученику;
- 7) обстановка в школе (атмосфера в классе, в школе; система требований).

Отсюда видно, что в основном самочувствие школьников зависит от учителей, их профессионализма и той нагрузки, которую предлагает школа в течение рабочего дня (расписание, формы урока, количество контрольных работ – здесь нужна всего-навсего организационная согласованность между учителями-предметниками, чтобы не назначать в один день несколько контрольных работ, – такой согласованности, надо сказать, удалось добиться в школе. А после ознакомления учителей и администрации школы с результатами опроса детей и принятия простого и оригинального управленческого решения в рамках школы: в учительской был вывешен календарь на полугодие, где учителя записывали планируемые контрольные работы в конкретном классе, что позволило контролировать число контрольных работ в течение одного учебного дня).

Учителям также важно понять и степень значимости для общего

самочувствия детей в школе хороших отношений в классном коллективе. Это то, что весьма сильно влияет на формирование ощущения комфортности школьной среды. Ведь половина всего периода школьной жизни приходится на так называемый подростковый возраст, значимым кругом общения в котором выступают сверстники. Поэтому перед классными руководителями встают весьма важные человеческие и педагогические задачи:

- 1) совершенствовать свои знания, касающиеся подросткового возраста, и особенно знания о современных подростках;
- 2) совершенствовать приемы мотивации и стимулирования учащихся;
- 3) учить детей конструктивному общению и умению налаживать взаимопонимание в среде сверстников;
- 4) создавать в классе благоприятную атмосферу, способствующую сплочению коллектива.

Это тем более важно в работе с детьми, поскольку их самочувствие зависит от настроения других людей в 1,5 раза больше, чем от собственного настроения (например, были получены следующие в порядке убывания факторы влияния: самочувствие зависит от друзей, одноклассников; от учителей; от настроения других, от окружающих, от окружения, от атмосферы в классе, школе; от отношения к тебе, от понимания и уважения, от родителей). Безусловно, опытные учителя хорошо знают это и целенаправленно работают над созданием благоприятной атмосферы в своих классных коллективах.

*(Продолжение следует)*

*Галина Александровна Данюшевская – педагог-психолог, г. Таганрог, Ростовская обл.*