МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРОФИЛАКТИКИ ЛИЧНОСТНОЙ БЕСПОМОЩНОСТИ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Дерзян Владислава Евгеньевна

*Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия
vladislavad98@bk.ru*

MODELLING PREVENTION OF PERSONAL HELPLESSNESS IN PRIMARY SCHOOL

V. Derzyan

Summary: Modern children tend to show personal helplessness, which requires modelling its prevention in primary schools, as the research aim states. To achieve this aim, the author explores the concept of personal helplessness, which is based on the learned helplessness phenomenon; defines the role of the school system to develop students' personal helplessness; highlights factors to determine personal helplessness in the learning environment: the regulated assessment system, pedagogical impact (the teacher-student relations), and social interaction with a group (class). All these factors are involved in preventing helplessness, which results in building a four-block model of preventing personal helplessness in the learning environment of primary schools. The target block includes the objective, approaches, and tasks to increase the level of primary school students' independence (subjectivity); the cognitive, motivational, emotional, and volitional components constitute the content block; the technological block involves the programme to prevent primary school students' personal helplessness "The Independent I"; there is a high, average, or low level of each component of the personal helplessness phenomenon in the analytical and reflexive block.

Keywords: learned helplessness, personal helplessness, school education, primary school students, prevention.

Аннотация: Современные дети имеют склонность к проявлению личностной беспомощности, в связи с чем требуется моделирование ее профилактики в начальной школе. Для достижения указанной цели рассмотрена сущность концепции личностной беспомощности, в основе развития которой лежит феномен выученной беспомощности; определена роль образовательной системы в формировании личностной беспомощности учащихся; выделены факторы, детерминирующие личностную беспомощность в образовательной среде: регламентированная оценочная система, педагогическое воздействие (отношения ученик-учитель) и социальное взаимодействие с группой (классом)). Все эти факторы учитываются в профилактике беспомощности, в связи с чем составлена четырехблочная модель профилактики личностной беспомощности в образовательной среде начальной школы. В целевой блок включена цель, подходы и задачи для повышения уровня самостоятельности (субъектности) младших школьников; к содержательному блоку отнесены когнитивный, мотивационный, эмоциональный и волевой компоненты феномена личностной беспомощности; в технологическом блоке отмечена программа профилактики личностной беспомощности у учащихся начальной школы «Самостоятельный Я»; в аналитико-рефлексивном блоке определяется высокий, средний, низкий уровни по каждому из компонентов феномена личностной беспомощности.

Ключевые слова: выученная беспомощность, личностная беспомощность, школьное образование, младшие школьники, профилактика.

В современной психологической науке изучение ментального здоровья представляет особый интерес. В исследовании внимание следует уделять не только факторам, способствующим становлению психологического благополучия (психологическая устойчивость, самостоятельность, жизнестойкость, стрессоустойчивость и др.), но и тем наследуемым и/или приобретаемым качествам личности, которые вносят негативные изменения в ментальную структуру индивида. К таким качествам личности стоит отнести личностную беспомощность.

Современные дети часто находятся в дефиците коммуникационной и двигательной активности, в недостаточном уровне взаимодействия со сверстниками и значимыми взрослыми, несформированности адаптивных форм копинг-поведения. Как следствие они имеют склонность к проявлению личностной беспомощности и уже в младшем школьном возрасте проявляют недостаточную сформированность показателей учебно-познавательной деятельности.

Профилактика личностной беспомощности в начальной школе позволяет повысить у учащихся уровень осознания значимости учебно-познавательной деятельности и ориентировки в трудной учебной задаче [2]. Моделирование указанной профилактики представляется важной целью исследования. Оно требует понимания концепции личностной беспомощности и составления модели профилактики личностной беспомощности в образовательной среде начальной школы, которые выступают задачами текущего исследования.

Концепция личностной беспомощности

В основе развития концепции личностной беспомощности лежит феномен выученной беспомощности, под которым понимают психологическое состояние, возникающее в результате невозможности организмом избежать воздействия неприятных стимулов и проявляющееся специфическими дефицитами [3]. Теория выученной беспомощности претерпела смещение с бихевиористического направления на когнитивное и начала рассма-

тривать не только ранее обозначенные компоненты в качестве причин возникновения состояния беспомощности. Среди них неподконтрольность события (отсутствие зависимости между поведением испытуемых и результатом), неприятное (травмирующее) воздействие, непредсказуемость. К указанным причинам также относятся такие важные составляющие, как индивидуальные причинные атрибуты и локус контроля [5; 6].

В реальной жизни беспомощности начали уделять более пристальное внимание, в связи с чем возникла необходимость введения в психологическую науку отдельного термина «личностная беспомощность». На основе эмпирических данных Д.А. Циринг сформулировала концепцию личностной беспомощности, которая представляет собой совокупность личностных особенностей человека в сочетании с пессимистическим атрибутивным стилем, депрессивностью и тревожностью, а также определенными поведенческими особенностями (пассивность, равнодушие, отсутствие увлеченности каким-либо процессом) [4].

Наиболее важным фактором формирования личностной беспомощности автор концепции называет травмирующие отношения как нарушения в системе семейных взаимоотношений. Семья – это первая в жизни человека социальная группа, благодаря которой он приобщается к ценностям культуры, развивается как личность и осваивает первые социальные роли [1]. Тем не менее социальная среда человека не ограничивается семейными взаимоотношениями, и каждый отдельный возрастной этап индивида сопровождается пребыванием в определенных социальных условиях образовательной среды.

Стоит уделить особое внимание образовательной системе начального общего образования, поскольку младший школьный возраст сопровождается кризисом, в котором происходит формирование осознания своего социального «Я». Негативные выводы, установки, пережитые травмирующие неподконтрольные события не проходят бесследно и могут определить все дальнейшие взаимоотношения человека с социумом. Именно период данного возрастного кризиса приходится на 1–2 класс школьной образовательной системы. В отличие от семейной системы образовательная система характеризуется наличием регламентированной установленной оценочной системы, управление которой осуществляет педагог. Кроме того, образовательная система предполагает постоянное нахождение и тесное взаимодействие индивида с кругом своих сверстников.

Эти особенности описывают факторы, детерминирующие личностную беспомощность в образовательной среде (наличие регламентированной оценочной системы, педагогическое воздействие (отношения ученик-учитель) и тесное социальное взаимодействие с опреде-

ленной и относительно постоянной группой (классом)). Все эти факторы как в связанной совокупности, так и независимо друг от друга имеют непосредственное значение в средовой природе личностной беспомощности и учитываются в профилактике беспомощности. Для этого целесообразно смоделировать психолого-педагогическое взаимодействие с младшими школьниками в ходе внеурочной деятельности в целях формирования их психологической самостоятельности (субъектности).

Модель профилактики личностной беспомощности в образовательной среде начальной школы

Разработка модели профилактики личностной беспомощности у учащихся начальной школы – сложный, многоступенчатый процесс, предусматривающий изучение, теоретическое обоснование и апробирование программы исследуемой профилактики. Указанная модель, конечная цель которой предполагает самостоятельность (субъектность) младших школьников, состоит из четырех блоков: целевого, содержательного, технологического и аналитико-результативного.

Целевой блок представляет собой этап целеполагания в текущем исследовании: в него включена цель, подходы и задачи, решаемые по ходу выполнения исследования. В частности, планируется выявление уровня самостоятельности младших школьников, профилактика формирования личностной беспомощности, содействие сохранению ментального здоровья в образовательном процессе. С этой целью выделены задачи: теоретически изучить феномен личностной беспомощности применительно к младшему школьному возрасту; разработать и апробировать программу профилактики личностной беспомощности у учащихся начальной школы; организовать и проанализировать опытно-экспериментальную работу по апробированию программы профилактики личностной беспомощности в начальной школе; разработать психолого-педагогические рекомендации по профилактике личностной беспомощности младших школьников в образовательной системе.

К *содержательному блоку* отнесены составляющие феномена личностной беспомощности: когнитивный компонент (отношение, установки, позиции младшего школьника в жизненных ситуациях); мотивационный компонент (мотивы и семейные ценности); эмоциональный компонент (чувства, эмоции); волевой компонент (способность к преодолению, выдержка).

В *технологическом блоке* представлена программа профилактики личностной беспомощности у учащихся начальной школы «Самостоятельный Я», которая включает апробированный диагностический инструментарий для выявления детей «группы риска», склонных к

проявлению признаков личностной беспомощности, тематические занятия по формированию навыков самостоятельности и ответственности, тренинговые занятия с диагностированной «группой риска». Программа «Самостоятельный Я» может быть использована педагогами-психологами образовательных организаций, педагогами дополнительного образования и развития детей, а также как отдельный вид психолого-педагогического воздействия в детско-родительских отношениях.

В качестве цели программы называется повышение уровня психологической готовности детей младшего школьного возраста к самостоятельной деятельности, целеполаганию, преодолению, выдержке и гармоничному становлению личностной позиции. Реализация данной программы осуществима на следующих этапах: подготовительном, диагностическом, просветительском, коррекционно-развивающем. В ходе индивидуальных и групповых форм занятий применимы методы для проведения психодиагностических и психопрофилактических мероприятий: анкетирование, тестирование, беседы, тренинги, обучающие лекции.

В результате реализации указанной программы ожидается повышение уровня самостоятельности (субъектности) младших школьников. Определяется высокий, средний и низкий уровни по каждому из компонентов

феномена личностной беспомощности, согласно содержанию аналитико-рефлексивного блока модели.

Заключение

Включение в средовую природу личностной беспомощности образовательной системы, изучение детерминирующих ее факторов позволяет создать основу для точного оказания помощи в профилактике и коррекции состояний тех младших школьников, которые наиболее подвержены риску формирования личностной беспомощности. В связи с этим моделирование профилактики личностной беспомощности в начальной школе – это залог повышения уровня их самостоятельности (субъектности), осознания значимости учебно-познавательной деятельности и ориентировки в трудной учебной задаче.

Апробация рассматриваемой модели требует привлечения усилий педагогического коллектива и администрации школы, родителей (или лиц их заменяющих). Это необходимо для того, чтобы разностороннее воздействие участников образовательного процесса могло помочь усилить положительные воздействия: педагогическое (отношения ученик-учитель) и социальное (с классом), а также нивелировать отрицательные влияния регламентированной оценочной системы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Захарова Г.И. Психология семейных отношений: учеб. пособие. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2009. 63 с.
2. Фролов Е.А. Выученная беспомощность и пути ее преодоления у младших школьников: на примере консультативного случая // Вестник государственного университета «Дубна». Серия «Науки о человеке и обществе». 2022. № 2. С. 61-73.
3. Циринг Д.А. Психология выученной беспомощности: учеб. пособие. М.: Академия, 2005. 120 с.
4. Циринг Д.А. Психология личностной беспомощности: исследование уровней субъектности. М.: Академия, 2010. 410 с.
5. Hiroto D.S., Seligman M.E.P. Generality of learned helplessness in man // Journal of Personality and Social Psychology. 1975. Vol. 31. P. 311-327.
6. Seligman M.E.P. Depression and learned helplessness // The psychology of depression: contemporary theory and research. Washington, DC: Winston. 1974. P. 83-113.

© Дерзян Владислава Евгеньевна (vladislavad98@bk.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»