

Рысбекова Айман Қылышбаевна п.ғ.доцент
Сайдуллаева Гулбахор Акрамқызы магистр

*Қожа Ахмет Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік университеті,
Қазақстан*

БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ МАЗАСЫЗДАНУ МӘСЕЛЕЛЕРІН ҚАРАСТЫРУ

Аннотация: Бастауыш сынып балаларының мазасыздануының төмендеуіне бағытталған коррекциялық-қамтушылық жұмыстың тиімділігі. Мектеп баланы мазасызданудан айырып қорқыныш тұтқынынан шығара алады. Мұғалім, мектептегі оқиғаларды бағыттаушы мазасыз бала үшін «психотерапевт» бола алады және болу керек. Экспериментальді топтағы бастауыш сынып балаларының мазасыздану деңгейінің көріністеріне психодиагностикалық зерттеу. Қорку мен алаңдаушылық күйде адам күту қысымында болады, жиі қорқып, аз күледі, үнемі уайымдауда.

Кіліт сөздер: Мазасыздық психологиялық-педагогикалық, жасырын мазасыздық, бірінші сынып оқушысы, эмоционалды реакция

Аннотация: Эффективность коррекционно-содержательной работы, направленной на снижение тревожности детей начальных классов. Школа может вывести ребенка из плена страха, лишив его беспокойства. Педагог, проводник школьных событий может и должен стать «психотерапевтом» для тревожного ребенка. Психодиагностическое исследование проявлений уровня тревожности у детей младших классов экспериментальной группы. В состоянии страха и тревоги человек находится под давлением ожидания, часто боится, меньше смеется, постоянно переживает.

Ключевые слова: Тревожность психолого-педагогическая, скрытая тревожность, первоклассник, эмоциональная реакция

Abstract: The effectiveness of correctional and content work aimed at reducing the anxiety of primary school children. The school can take the child out of the captivity of fear, depriving him of anxiety. A teacher, a guide to school events can and should become a "psychotherapist" for an anxious child. Psychodiagnostic study of the manifestations of the level of anxiety in primary school children of the experimental group. In a state of fear and anxiety, a person is under the pressure of expectation, often afraid, laughs less, constantly worries.

Key words: Psychological and pedagogical anxiety, latent anxiety, first-grader, emotional reaction

Кіріспе бөлімі: Баланың алғаш жеке тұлға болып қалыптасуына негіз болатын мектепке дейінгі ұйым мен мектеп болып саналады. Сондай – ақ бала мектеп барғанда жеке тұлға болуына әсер ететін фактор болады. Мектепке барған бала ең бірінші болып әлеуметтік – қоғамдық өмірдің әлемін ашады. Жанұясымен қатар өзіне бала тәрбиесіндегі басты ролдерді алады. Оның көптеген негізгі қасиеті және жекелік сапасы өмірінің осы кезеңінде қалыптасып, олар қалай салынғанынан байланысты оның алдағы дамуы көбіне тәуелді, әлеуметтік қатынастардың ауысуы бала үшін маңызды қиындық екені белгілі. Баланың бойында болатын психологиялық мазасыз күй, эмоциялық кернеу, басты түрде балаға жақын адамдардың болмауымен, өмір қозғалысы мен үйреншікті шарттардың, қоршаған орта жағдайының өзгерісімен байланысты бола бастайды (Макшанцева 1998).

Үрейдің мұндай психикалық күйін нақты емес анықталмаған қатер сезімі ретінде анықтау қабылданған. Келе жатқан қауіпті күту белгісіздік сезімімен үйлеседі: бала, ереже бойынша, неден қауіптеніп тұрғанын айта алмайтын күйде болады. Осыған ұқсас қорқыныш эмоциясынан ерекшелігі, үрейдің белгілі бір бастауы болмайды. Ол араласқан және жалпы бұзылған іс-әрекетте, оның өнімін және бағытын бұзатын әрекет болып көрінуі мүмкін. Мектеп баланы мазасызданудан айырып қорқыныш тұтқынынан шығара алады. Мұғалім, мектептегі оқиғаларды бағыттаушы мазасыз бала үшін «психотерапевт» бола алады және болу керек. Өйткені, оның қолында көптеген құрал: марапаттау ғана емес, «емдейтін де» баға, қоғамдық ұжым өмірі, сабақтағы және сабақтан тыс жұмыстар.

Үрей – уайым қайғының өте ауыртпашыл түрі. Белгісіз бір жақтан келе жатқан қатер, алақан терлеу, жүректің соқпай қалуы, «бір нәрсені лезде істеу керек» деп қалмайтын сезіну сияқты бәрімізге таныс сезімдер бір орында отырғызбайды. Ал, бірақ нақты нені және неден қауіптену, қашу керектігін – біз білмейміз. Үрей – белгісіз нәрседен қорқыныш. Неміс философы Пауль Тилих жазды, үрей – болмыстың жоқтығына қорқыту реакциясы. Бір нәрсеге үрей, аты, бейнесі, жоқ, бірақ адамның өзін, «менің» жоғалтуға қауіптендіреді. Үрейді нақты емес анықталмаған, бағытталмаған қауіп, түсініксіз қатер сезімі ретінде анықтайды. Бұл белгісіз сезімімен сай келеді одан қайдан қатер келетінін білмейді. Қорқыныш эмоциясынан айырмашылығы белгілі бір бастауы болмайды [1]

Қорқыныш пен үрейдің біріктіруші басы алаңдаушылық сезімі болады. Адам қатты алаңдаған кезде сасқалақтап, қажетті жауап таппай, толқыннан дірілдей сөйлеп, және көбіне мүлдем сөйлемейді, қорыққан кейіпте болады. Ішінде бәрі «түседі» салқындайды, дене ауырлайды, аузы құрғап алақан ылғалданады, жүзі бозарып, адам түгелімен «терге батады». Бір уақытта ол көп қозғалыс жасайды, аяқты қайта – қайта айқастырып, тынымсыз киімін түзулеп немесе мүлдем қозғалыссыз қалыпқа енеді. Қатты алаңдаушылықтың осы көріністері ағза қызметінің психофизиологиясын қысымын айтады.

Негізгі бөлімі: Мазасыздану басым болып алаңдаушылық күй мен қоса қозғалыс қозуы көрінеді. Яғни адам өзін кез-келген және керек емес жұмыспен де шұғылдануға тырысады. Қиын басқарылатын сөздер ағымы (логария) түрінде көрінетін, күтуге шыдамы жоқ сипат тән және де көп сөзділік түсінудегі артық байымдылық, жалғыздық қорқынышын жоятын нәзіктік сезімі, жұмыс бастылықты көрсететін үздіксіз қоңырау шалулар жаңа терістеліп тәуелділікке бел буу жойылады, барлық жаңалық белгісіз болып қабылданған соң, құлық кертартпа (консервативный) сипатқа ие болады. Бұл қатынас одан да көп үрейленуді туғызады.

Алаңдау күйіндегі қорқынышқа жай қозғалыс, бір жерде қатып тұру және аяғымен бір жерді қайта - қайта басу тән. Сөйлеу мәнері анық емес, ойлауы жігерсіз, жүректе «ауыр», көңілі жабыраңқы. Депрессиядан айырмашылығы қайғы, апатия, өзін - өзі жою ойы болмайды. Басқа қорқыныш жауламаған тіршілік әрекеті белсенді өтеді. Осылайша қорқыныш күйі сайланбалы және динамикалық сипатқа ие.

Осыған орай мазасыздану холиерикті ал қорқыныш – флегматик темпераментті байқатады. Ұзақ жасалған үрейлену аффекті және қорқыныш шынында да темпераменттің болып тұрған типтерін күшейтуге қабілетті.

Қорқу мен алаңдаушылық күйде адам күту қысымында болады, жиі қорқып, аз күледі, үнемі уайымдауда. Ол толығымен бұлшықеттерін босаңсыта алмайды, артығымен шаршайды, бас ауру тән. Шаршағанға қарамастан бірден ұйықтап кетпейді, әртүрлі ойлар болжаулар маза бермейді. Ұйқы жайсыз, жиі түнде сөйлеу, қатты демалу болады. Күнделікті өзінің «менімен» соғысатын, шатасқан түстер көреді. Ұйқы сезімі болмайды, ертерек оянуға тырысады.

Жасырын мазасыздықтың формалары барлық жастағы адамдарда бірдей кездеседі. Жасырын мазасыздық ашық мазасыздыққа қарағанда әлдеқайда аз. Оның формаларының бірі шартты түрде "жеткіліксіз тыныштық" деп аталады. Мұндай жағдайларда бала өзгелерден де, өзінен де алаңдаушылықты жасырып, қоршаған әлемдегі белгілі бір қауіп-қатерлерді де, өз тәжірибелерін де түсінуге кедергі келтіретін одан қорғаудың қатаң, күшті тәсілдерін жасайды. Мазасыздық бәсекелестік, бәсекелестік жағдайында туындайды. Бала бәсекелестік жағдайына түсіп, бірінші болуға тырысады, кез-келген жағдайда жоғары нәтижелерге қол жеткізеді. Тағы бір жағдай жауапкершіліктің артуы. Бала оған кіргенде, оның мазасыздығы ересек адамның үмітін, үміттерін ақтамау және олардан бас тарту қорқынышынан туындайды. Сондай-ақ, бала қиял әлеміне еніп, психологиялық қорғауды тапқан кезде де мүмкін. Бұл фантазиях бала рұқсат етеді және өз тараптарының өзара шешілмеген наразлығы қақтығыстар, қиялымызда табады қанағаттандыру қажеттілігін невоплощенные [2].

Әдетте, мазасыз балалар өздерінің проблемалары туралы ашық айтпайды, кейде тіпті оларды жасырады. Сондықтан, егер бала ересек адамға ештеңеден қорықпайтынын айтса, бұл оның сөздері шындыққа сәйкес келеді дегенді білдірмейді. Сірә, бұл бала мойындағысы келмейтін немесе қаламайтын мазасыздықтың көрінісі. Бұл жағдайда баланы мәселені бірлесіп талқылауға тарту ұсынылады. Сіз балалармен шеңберде отырып, оларды толғандыратын жағдайлардағы сезімдері мен тәжірибелері туралы сөйлесе аласыз. Әр балаға қорқатын нәрселері туралы дауыстап айтқан жөн. Сіз балаларға өз қорқыныштарын салуды, содан кейін шеңберде сурет салуды, ол туралы сөйлесуді ұсына аласыз. Мұндай әңгімелер мазасыз балаларға көптеген құрдастарының өздеріне ғана көрінгендей, оларға тән проблемалар бар екенін түсінуге көмектеседі [2]

Нәтижелерін талдау: Бастауыш сынып балаларының мазасыздануының төмендеуіне бағытталған коррекциялық-қамтушылық жұмыстың тиімділігін тексеру мақсатында экспериментальді топтың бастауыш сынып жасындағы балалардың мазасыздануының, төмендеуі динамикасын бақылауға мүмкіндік берген қайталанбалы диагностика жүргізіледі. Бақылаушы эксперименттің мақсаты:

1.Экспериментальді топтағы бастауыш сынып балаларының мазасыздану деңгейінің көріністеріне психодиагностикалық зерттеу жүргізу;

2. Алынған нәтижелерді құрылымдық эксперимент нәтижелерімен салыстыру;

3. Эксперименттік топтағы бастауыш сынып жастағы балалардың мазасыздануының төмендеуіне бағытталған коррекциялық-дамытушылық жұмыстың тиімділігін анықтау.

Осылайша, біздің зерттеуіміздің мақсаты анықтау болды психологиялық қамтамасыз ету тиімділігінің балалардың мектептегі кезеңдері. Жұмыс барысында біз балалардың мектептегі балалар мектепте психологиялық қамтамасыз ету тиімді болады деген болжам жасадық, егер:

1) қамтамасыз ету жүйесі диагностикалық негізде құрылатын болса, бұл ретте бейімделудің маңызды физиологиялық көрсеткіштері мен әлеуметтік-психологиялық өлшемдері бағалануы тиіс;

2) баланың жаңа өзгерген өмір сүру жағдайлары контекстінде нақты бір жағдайға талдау жүргізілетін болады;

3) ата-аналарға психологиялық-педагогикалық жұмыстың белсенді нысандарын пайдалана отырып психологиялық көмек көрсетілетін болады

Мазасыздық ұғымын аз зерттелген ұғымдарға жатқызуға болмайды: бұл туралы көптеген психологиялық теорияларда кездеседі осы терминді енгізген сәттен бастап З. Фрейд (1927) өз жұмысында. "Қорқыныш". Осы уақыттан бастап зерттеушілер арасында мазасыздық мәселесі жоқ жеке тұлғаның тұрақты қалыптасуы ретінде оның мәні туралы пікірталастар азаяды мазасыздықтың себептері және оның формалары, қатынасы туралы мазасыздық пен қорқыныш. Ғылыми пікірталас тақырыбы ретінде мазасыздық құбылысының психологиялық табиғаты.

Талдау психологиялық-педагогикалық әдебиет екі ұштылықты көрсетеді зерттеушілердің анықтамалары "мазасыздық" категориясының өзі де, оның пайда болу шарттары, көптеген ғалымдар келісетініне қарамастан бұл мәселені саралап қарау қажеттілігі туралы пікір термин ситуациялық құбылыс ретінде және жеке сипаттама ретінде өтпелі жағдайды және оның динамикасын ескере отырып. Сонымен, Р.С.Немовтың пікірінше, алаңдаушылық "меншік" арқылы көрінеді мазасыздық реакциясының пайда болуына бейім адамдар объективті қауіпсіз жағдайлардың кең ауқымын қабылдау қауіп төндіретін» А. М. Приходшы мазасыздықты түсінуді ажыратады тұлғаның эмоционалды жағдайы, оның тұрақты қасиеттері, ерекшеліктері "тәжірибе" мазасыздығын түсінетін жеке тұлға немесе темперамент қолайсыздықты күтуге байланысты эмоционалды ыңғайсыздық, алдын ала қорқынышты қауіптілік» Г.С.Абрамовада алаңдаушылық "жағдай" арқылы көрінеді шиеленіс» сонымен, психологтар мазасыздықты жеке қасиет ретінде ажыратады, оның тұрақты қасиеті (жеке мазасыздық) және оның мазасыздығы эмоционалды күй (ситуациялық мазасыздық).

Осы зерттеу аясында және осыған байланысты алаңдаушылықты біз бірінші сынып оқушыларының мектепке бейімделуімен байланысты жағдайлық құбылыс ретінде қарастырамыз.

Жалпы алғанда, алаңдаушылықтың белгілі бір деңгейі бұл белсенді әрекетке қатысатын жеке тұлғаның табиғи және міндетті ерекшелігі.

Мазасыздық оның жағдайын жеке бағалаумен тығыз байланысты және адам үшін өзін-өзі бақылау мен өзін-өзі тәрбиелеудің маңызды құрамдас бөлігі ретінде әрекет етеді. Әрбір адам "пайдалы мазасыздық" ретінде анықталған алаңдаушылықтың оңтайлы немесе қалаулы деңгейіне ие [3,11] Салыстырмалы түрде жоғары оқу деңгейі. Алайда, бұл ретте мұндай баланы қабілетсіз немесе жеткіліксіз деп санауға болады оқыту; бірінші сынып оқушыларының жұмыстарының негізгі мен міндеттері, оған назар аудару. Мұндай оқушыларға әрекеттер тән тапсырманың барлық элементтерін бір уақытта бақылауды жүзеге асыру; сәтсіз болған жағдайда шешім табуға одан әрі тырысудан бас тарту бірінші әрекет. Бірінші сынып оқушысы сәтсіздіктің себептерін және болмауымен түсіндіреді, ол өзін қалай шешуге болатынын білмейді нақты міндеттерін; сабақтағы мінез-құлықтың алдын-ала болжанбауы: дұрыс жауаптар сұрақтар толық үнсіздікпен немесе кездейсоқ жауаптармен ауысады, соның ішінде, кез келгенін. Жауап беру кезінде сөйлеу шатасуы мүмкін, кейде-тым қатты, кейде әрең естілетін, ым-ишаратпен бірге. Көрсетілген ерекшеліктер қаншалықты жақсы екеніне байланысты емес.

Бұрын белгісіз жаңа нәрсені білу жағдайының өзі, мектепте шешу үшін күш салу қажеттілігі оқудан тыс уақыттарда. Тапсырма әрдайым белгісіздікке, сәйкессіздікке және соның салдарынан алаңдаушылыққа себеп болады. Бұл жағдайды білудің барлық қиындықтарын жою арқылы ғана жоюға болады. Оқу қызметіне бейтараптандыратын әсер бар баланың жиі немесе қарқынды мазасыздық жағдайлары мектептегі бейімделу процесінің баяулауы немесе бұзылуы туралы. Бұл табиғатты зерттеу мәселесіне ерекше мән береді ситуациялық мазасыздық және оның танымдық және жеке тұлғаға әсері бірінші сынып оқушысының дамуы, бұл балалардың жаңасына кіруіне байланысты олардың әлеуметтік даму жағдайы және жаңа қызмет түрін дамыту, оқу, жаттығу [4, 7] болып табылады.

Психологтардың пікірінше, бұл деңгейдің жоғарылауы ситуациялық мазасыздық жеке тұлғаның бұзылуының субъективті көрінісі ретінде әрекет етеді. Жағдайлық мазасыздық деңгейінің жоғарылауы бала оның эмоционалды жеткіліксіздігінің дәлелі болып табылады белгілі бір әлеуметтік жағдайларға бейімделу, соның салдарынан болып табылады. Жалпы орнату өз-өзіне күмәндану.

Мектепке түсу сәтіне дейін қажетті заттарды сатып алмаған балалар ересектермен және құрдастарымен өзара әрекеттесу тәжірибесі, өзгелердің үмітін ақтамауға қорыққандар қиындықтарға тап болады мектепке бейімделу кезінде, атап айтқанда – мұғалімнің қорқынышы қателік жасаудан, ақымақтық айтудан, көрінуден қорқатын бастауыш сынып оқушысы, көбінесе мұндай балалар тақтада жауап беруден қорқады, онда олардың қорғансыздығы толық көрінеді. Тікелей мектеп, оқу қорқыныштарынан басқа, белгілі бір жағдайларда мектептегі жағдайлық мазасыздық жанжалдарға байланысты құрдастар, олардың тарапынан физикалық агрессияның көрінуінен қорқу. Мұндай эмоционалды күй эмоционалды сезімталдыққа тән әлеуметтік мәдениет және педагогикалық тұйық балаларға

бұл қорқынышты қабылдау арқылы ұзақ, баланың әлсіздік сезімін тудыруы мүмкін, эмоцияларыңызды жеңе алмау [3,15]

Сонымен, психологиялық жағдай ретінде жағдайаттық мазасыздық үшін субъективті эмоциялар тән: шиеленіс, мазасыздық, стресске эмоционалды реакция ретінде пайда болатын жүйке жағдайды. Жоғары сезімталдық үрейлену, сәтсіздіктен қорқу, басқалардың теріс бағалауы, жауапкершілікті арттыратын бейімделу механизмі ретінде әрекет етеді жеке тұлғалық алдында қоғамдық талаптар мен көзқарастардан [5, 108].

Қорытынды: Қорытындылай келе, оң оқытуды атап өтеміз мектептегі бірінші сынып оқушысы көп немесе аз болған жағдайда ғана мүмкін болады мектеп оқиғалары туралы жүйелі алаңдаушылық өмір. Баланың алғаш жеке тұлға болып қалыптасуына негіз болатын мектепке дейінгі ұйым мен мектеп болып саналады. Баланың бойында болатын психологиялық мазасыз күй, эмоциялық кернеу, басты түрде балаға жақын адамдардың болмауымен, өмір қозғалысы мен үйреншікті шарттардың, қоршаған орта жағдайының өзгерісімен байланысты бола бастайды. Бірақ бұл тәжірибенің ұзақтығы мен қарқындылығы болмауы керек әр оқушы үшін жеке "сыни нүктеден" асып кету», оған жеткенде мазасыздық бейтараптандыра бастайды, ал жұмылдыратын әсер емес. Кезеңдегі ситуациялық мазасыздықтың теріс салдары бірінші сынып оқушыларының мектепке бейімделуі-бұл жалпы баланың интеллектуалды дамуына әсері, жоғарылауы мазасыздық дивергенттің қалыптасуына теріс әсер етуі мүмкін (яғни, шығармашылық, шығармашылық) ойлау, оған тән жеке қасиеттер, жаңа, белгісіз қорқыныштың болмауы. Бірақ бұл өлімге әкелмейді: бастауыш мектеп балаларының ситуациялық мазасыздығы жасы әлі тұрақты сипатқа ие емес және салыстырмалы тиісті психологиялық-педагогикалық іс-шаралар және мұғалімдер мен ата-аналардың қажетті ұсыныстарды орындауы

ПАЙДАЛАНҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ

1. http://www.rusnauka.com/12_KPSN_2013/Psihologia/7_135523.doc.htm
2. Кирьянова, О. Н. Причины возникновения высокого уровня тревожности у детей дошкольного возраста / О. Н. Кирьянова. — Текст : непосредственный // Психология в России и за рубежом : материалы I Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, октябрь 2011 г.).
3. Горнякова Т.Н. психолого-педагогическая коррекция ситуативной тревожности первоклассников в период адаптации к школе Магистерская диссертация Челябинск, 2016 г
4. Блажена Н.В. Нивелирование школьной тревожности средствами арттерапии / Н.В. Блажена, О.В. Лозгачева // Актуальные проблемы психологии образования: сборник научно-исследовательских работ студентов / сост. О.В. Лозгачева / Урал. гос. пед. ун-т. — Екатеринбург: [б. и.], 2015 — С. 7-10.
5. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник для студ. вузов / В.С. Мухина. — 4-е изд., стереотип. — М.: Издательский центр «Академия», 2009. — 456 с.