

ПЕДАГОГИКА

Е. Афанасьева

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОФИЛАКТИКИ ВЫУЧЕННОЙ БЕСПОМОЩНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

Под *выученной беспомощностью* (*learned helplessness*) понимается неспособность человека действовать самостоятельно, приобретенная в результате неоднократного повторения ситуаций, когда его пробы не увенчались успехом. Различают ситуативную беспомощность как временную реакцию человека на неподконтрольные события и личностную беспомощность как устойчивую характеристику, которая в онтогенезе формируется к 8 годам под влиянием опыта переживания неблагоприятных событий без возможности их контролировать; наблюдения за беспомощными людьми; отсутствия самостоятельности в детстве.

Выученная беспомощность – комплексное явление, которое в подростковом возрасте проявляется на когнитивном (ригидность мышления), эмоциональном (замкнутость, неуверенность, обидчивость, тревожность, эмоциональная неустойчивость,), мотивационном (низкая самооценка, страх отвержения, избегание неудач) и волевом (безынициативность, робость, нерешительность, неорганизованность) уровнях. Поэтому педагогу важно уметь ее диагностировать по внешним проявлениям в поведении подростков и организовать работу по ее профилактике и преодолению.

Так как формирование выученной беспомощности начинается в семейном окружении, то для ее профилактики учителю необходимо повышать педагогическую культуру родителей в выборе стиля семейного воспитания, увеличивающего дистанцию между родителями и подростком по мере его взросления с предоставлением ему большей самостоятельности и повышением ответственности за принятие решений.

В процессе обучения незаменимым средством профилактики беспомощности выступает создание ситуаций успеха на основе эмоциональной поддержки и дидактической помощи, что позволяет подростку пережить удовлетворение от процесса и/или результата учебной деятельности. Учитывая желание подростка самоутвердиться в группе сверстников, педагогу важно использовать социальные технологии, которые при условии распределения заданий в соответствии с возможностями подростка позволяют ему не только самостоятельно справиться с работой, но и заслужить признание группы, успех которой зависит от успеха каждого ее члена. При этом важную роль играет парциальная оценка, относящаяся к поощрению демонстрации частного знания, умения, навыка или отдельного акта поведения, которые продвигают подростка на пути в успеху. Для повышения самооценки и уровня притязаний, преодоления тревожности и страха перед выполнением задания важную роль играет использование технологии портфолио, которая позволяет подростку отразить свои учебные успехи и способы их достижения в случае отбора и включения в портфолио наиболее удачно выполненных работ.