

PSYCHOLOGICAL FACTORS INFLUENCING THE FORMATION OF EMOTIONAL STRESS IN STUDENTS OF A SPECIALIZED SCHOOL

Sultanova Sh.M. (Republic of Uzbekistan)

*Sultanova Shakhnoza Mirkhalilovna - Head of Department,
NATIONAL CENTER FOR TRAINING TEACHERS ON NEW METHODS,
TASHKENT, REPUBLIC OF UZBEKISTAN*

Abstract: *this article discusses the psychological factors that influence the formation of emotional stress in students of a specialized school. Among the psychological predispositional factors are the emotional and personal characteristics of a person. The number of children with disabilities is growing every year. This is due to both defects, breakdowns of genetic, intrauterine development, and various kinds of traumatic situations, disasters, unfavorable living conditions, including careless or cruel treatment of children.*

Keywords: *psychological factors, formation of emotional stress, students, specialized school.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ У УЧАЩИХСЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ШКОЛЫ

Султанова Ш.М. (Республика Узбекистан)

*Султанова Шахноза Мирхалиловна - заведующая отделением,
Национальный центр подготовки педагогов по новым методикам,
г. Ташкент, Республика Узбекистан*

Аннотация: *в данной статье рассматриваются психологические факторы, влияющие на формирование эмоционального напряжения у учащихся специализированной школы. К числу психологических предиспозиционных факторов относятся эмоционально-личностные особенности человека. Количество детей с ограниченными возможностями здоровья растет с каждым годом. Это связано как с пороками, поломками генетического, внутриутробного развития, так и с различного рода травмирующими ситуациями, катастрофами, неблагоприятными условиями проживания, включая небрежное или жестокое обращение с детьми.*

Ключевые слова: *психологические факторы, формирование эмоционального напряжения, учащихся, специализированной школе.*

Дети с серьезными нарушениями зрения испытывают ряд сложностей: их восприятие мира ограничено, круг общения невелик, самооценка понижена и др. Все это способствует возникновению сложностей в плане общения, как со сверстниками, так и с педагогами, что отражается на процессе овладения знаниями, формирования личностных качеств. Как правило, такие дети не испытывают удовольствия от процесса обучения, что еще в большей степени осложняет их процесс обучения. В силу эмоциональной незрелости они не готовы к проявлению и дальнейшему формированию партнерских отношений как в микросоциуме, который в данном случае представлен коллективом учащихся и педагогов специализированного образовательного учреждения, так и в дальнейшем с социумом в широком понимании этого понятия.

Все обозначенное выше актуализирует проблему реабилитации и адаптации детей, лишенных зрения. В этой связи деятельность специализированной школы-интерната рассматривается не только с точки зрения формирования у учащихся суммы определенных знаний, сколько с позиции научения максимально самостоятельной и полноценной жизни в обществе. Безусловно, для реализации эффективного процесса обучения и воспитания в условиях школы-интерната для слабовидящих и слепых детей необходимо создание особых условий: материально-технического обеспечения, кадрового состава, имеющего специальную подготовку и понимающего свою особую миссию, связанную в том числе с подготовкой выпускников к последующему самоопределению.

К предиспозиционным относятся те психологические, социальные и поведенческие переменные, которые не связаны непосредственно с ухудшением здоровья, или началом заболевания, или его обострением, но позволяющие отнести людей с определенными характеристиками к группе риска. К числу психологических предиспозиционных факторов относятся эмоционально-личностные особенности человека. Основная ценность факторов этой группы практическая – они указывают на риск ухудшения здоровья, причем часто на риск неспецифический. Факторы-триггеры (факторы катализации). К этой группе относятся как факторы, являющиеся причиной или одной из причин развития заболевания, так и факторы, участвующие в актуализации определенных последствий. Основными психологическими и социально-психологическими триггерами заболеваний считаются стресс (в том числе, в межличностных отношениях, вызванный социальной ситуацией и т.п.) и психотравмирующие переживания. При этом корректнее говорить о стрессе как триггере, «запустившем» патологический процесс, а не как о причине болезни.

К факторам хронификации нарушений здоровья относятся психологические, социальные и поведенческие параметры, не связанные с началом или обострением заболевания, но способствующие дальнейшему ухудшению здоровья и переходу заболевания в хроническую форму. За большинством выявленных в психологии здоровья факторов хронификации предполагается единый механизм «порочного круга». В целом, к психологическим факторам хронификации относятся тревога и страхи в отношении заболевания, внимание человека к своей болезни и проявлениям заболевания, мысли и убеждения о болезни, ее возникновении, течении и лечении (в том числе, ошибочная интерпретация симптомов).

К факторам-буферам относятся факторы, препятствующие ухудшению здоровья, развитию или хронификации заболевания, способствующие успешному совладанию с болезнью, повышению качества жизни и психологического благополучия. В качестве механизма действия таких факторов обычно рассматриваются буферные модулирующие действия в отношении стрессоров и развития стресса как состояния: – это оценка ситуации как менее угрожающей, а собственных возможностей совладания с ней – как достаточных; – это применение более эффективных способов совладания с уже переживаемым стрессом [1].

К психологическим факторам-буферам, как правило, относят представления человека о себе, мире и отношениях с ним, иными словами, сформированную Я-концепцию и устойчивое мировоззрение. Наиболее характерные примеры – чувство связности как общая ориентация личности, связанная с тем, в какой степени человек испытывает проникающее во все сферы жизни, устойчивое, но динамическое чувство [2]; оптимизм; жизнестойкость; самоэффективность.

Обращает на себя внимание тот факт, что описанные факторы изменения здоровья и особенно механизмы их действия апеллируют к эмоциональной сфере человека: на уровне эмоционального отражения, номинации его результатов в сознании, рефлексии эмоциональных переживаний, эмоциональной саморегуляции, оценке эмоциональных проявлений со стороны социального окружения и воздействия на них. Понимание человеком собственных эмоциональных переживаний и переживаний других людей, способность регулировать свои эмоциональные состояния, контролировать их внешние проявления, влиять на интенсивность эмоций и актуализировать те или иные эмоции в ситуациях взаимодействия лежат в основе эмоциональной компетентности личности.

Список литературы / References

1. Абабков В.А., Перре М. Адаптация к стрессу. СПб.: Речь, 2004. 165 с.
2. Antonovsky A. The Life Cycle, Mental Health and the Sense of Coherence // Israel Journal of Psychiatry, 1985. 22(4). P. 273-280.
3. Leventhal H., Mora P.A. Predicting outcomes or modeling process. Commentary on the Health Action Process Approach // Applied Psychology: An International Review, 2008. 57(1). P. 51-65.