

СТРАХ ОТВЕТА НА УРОКЕ

Страх ответа на уроке – достаточно распространенная проблема среди школьников. Во взрослом состоянии мы также сталкиваемся с этим явлением, однако он называется немного по-другому, а именно боязнь публичных выступлений.

Многие родители наверняка не раз огорчались из-за того, что ребенок, зная учебный материал, старается не отвечать на уроке. Бывает, что интересный реферат или доклад также остается без внимания педагога и одноклассников.

Причин, которые вынуждают ребенка бояться отвечать на уроке, может быть несколько. Рассмотрим основные из них: застенчивость, страх показаться глупым, смешным, неинтересным окружающим, высокая тревожность.

Ребенок может страдать из-за единожды полученного негативного опыта ответа у доски, когда у него что-то не получилось. Неуверенные в себе дети склонны видеть в любом деле непреодолимые для себя препятствия, поэтому, даже будучи хорошо подготовленными к уроку, они боятся поднять руку, опасаясь, что у них не получится рассказать или ответить на вопросы. Высокая тревожность может сочетаться с высокими требованиями родителей к ребенку, страхом учителя, неуверенностью в себе и своих знаниях. Я знаю детей, которые боятся даже взгляда учителя. Страх ответа у доски проявляется как покраснение или побледнение кожи, пересыханием во рту, снижением громкости голоса (не могут произнести слово), задыхается, дрожь в конечностях, и это далеко не полный перечень физиологических симптомов страха. Если учитель старается максимально поддерживать стесняющегося ребенка, дает достаточное количество времени для ответа, чувствует внутреннюю потребность детей во внимании педагога, то ребенку будет проще поднять руку и вызваться к доске. Доверительная и спокойная атмосфера в классе на уроке и среди сверстников на переменах также обладает мощной поддержкой для стесняющихся ребят.

Кроме того, для детей со страхом выступлений можно подобрать иные формы контроля знаний, например, письменный ответ, ответ один на один с учителем (не в присутствии всего класса), также подойдет групповая совместная проектная работа учащихся, в которой педагог сможет увидеть вклад ребенка в работу, оценить его старания, и, как правило, отвечать всей группой бывает не так страшно.

Если в основе нежелания отвечать у доски лежит тревога или страх оказаться не успешным и получить негативную оценку со стороны одноклассников, родителями педагогам нужно сообщать стараться убедить ребенка попробовать хотя бы один раз. Задача родителей помочь ребенку подготовиться настолько хорошо, чтобы опыт ответа у доски был позитивным и результат удовлетворил бы ребенка. Можно заранее попросить помощи и поддержки у одноклассников, воспользовавшись их опытом.

Немаловажным будет домашняя подготовка к выступлению на уроке. Например, отрепетировать несколько раз изученный материал, пересказывая его вслух перед всеми домочадцами или перед зеркалом самому себе. Снять лишнее напряжение поможет также совместный просмотр фильма «Король говорит» (или другие подобные фильмы). На этом примере, ребенок увидит, что он не один с такой проблемой, что даже сам король государства может испытывать страх; вместе с ребенком обсудите способы преодоления этого страха (в фильме они показаны очень хорошо).

Ни в коем случае не следует использовать в своей речи фразы, как например, «Я жду от тебя, чтобы завтра ты поднял руку и сам вызвался к доске!». Такими фразами вы только углубите страх ребенка перед публичными выступлениями до проявления еще большей тревожности или психосоматических болей живота, головы и т.д. Не стоит также высмеивать страх ребенка, считая это глупостью. Наоборот, рекомендуется поддерживать любую инициативу ребенка: «Сегодня ты замечательно рассказал стихотворение!», «Я так горжусь тобой!». Хвалите чаще ребенка, даже за небольшой прогресс. Не ожидайте быстрых перемен в поведении ребенка. Адекватная самооценка и самоуважение ребенка способствуют формированию желания раскрываться и дополнять уровень своих знаний.

Страх уменьшается по мере того как мы наступаем на него. Если мы чего-то боимся, то это как раз и нужно делать, чтобы страх исчез. Именно по этой причине можно записаться на кружок актерского мастерства, хоровую школу, занятия ораторского искусства и т.д., постепенно раскрывая коммуникативные способности ребенка.