

УДК 373.1, 371.71

ВЛИЯНИЕ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ УЧАЩИХСЯ

Базаева Анна Александровна

Студент,

Уральский государственный педагогический университет, Екатеринбург,

Россия

e-mail: bazaeva18anna@mail.ru

Андреева Екатерина Евгеньевна

Старший преподаватель кафедры педагогики и педагогической

Компаративистики,

Уральский государственный педагогический университет,

Екатеринбург, Россия

e-mail: bulgackova@yandex.ru

Аннотация. В статье анализируются результаты исследования по оценке влияния дистанционного обучения на психоэмоциональное состояние учащихся. Проверялась гипотеза о том, что дистанционное обучение оказывает негативное воздействие на психоэмоциональное состояние учащихся. Были выявлены проблемы в сохранении и укреплении не только психического, но и физического здоровья учащихся. Результаты исследования ставят вопрос о разработке специальных санитарных требований к цифровой образовательной среде и дистанционному обучению.

Ключевые слова: дистанционное обучение; психоэмоциональное состояние; образовательный процесс; развитие и формирование личности; коммуникация.

INFLUENCE OF DISTANCE LEARNING ON STUDENTS ' PSYCHOEMOTIONAL STATE

Bazaeva Anna Alexandrovna

Student, Ural State Pedagogical University, Yekaterinburg, Russia

e-mail: bazaeva18anna@mail.ru

Andreeva Ekaterina Evgenievna,

Senior lecturer of the Department of Pedagogy and Pedagogical Comparativistics,

Ural State Pedagogical University, Yekaterinburg, Russia

e-mail: bulgackova@yandex.ru

Abstract. The article analyzes the results of a study to assess the impact of distance learning on the psychoemotional state of students. We tested the hypothesis that distance learning has a negative impact on the psychoemotional state of students. Problems were identified in maintaining and strengthening not only the mental, but also the physical health of students. The results of the study

raise the question of developing special sanitary requirements for the digital educational environment and distance learning.

Key words: distance learning; psychoemotional state; educational process; personal development and formation; communication.

Переход общества от постиндустриального к информационному пути развития определяет необходимость формирования информационно-коммуникационных компетенций у подрастающего поколения уже на ранних этапах обучения. Это требование исходит не только от запросов общества и современных научных исследований, но и из Федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования [15, 16]. Компьютеризация обучения является одним из основных принципов не только средней, но и высшей школы [11, с. 536]. В связи с этим все большее распространение приобретает дистанционное обучение – получение знаний в онлайн-формате. Это важное и перспективное направление развития системы образования, поскольку внедрение методов дистанционного обучения создает условия социальной доступности образования для значительной части населения, содействует решению проблемы образования для людей, которые по различным причинам не могут обучаться очно. Кроме того, дистанционное обучение способствует развитию самостоятельности в поиске информации, формированию критического мышления, совершенствованию навыков применения современных технологий.

Доктор педагогических наук А.А. Андреев определяет дистанционное образование как «синтетическую, интегральную, гуманистическую форму обучения, базирующуюся на использовании широкого спектра традиционных и новых информационных технологий и их технических средств, которые используются для доставки учебного материала, его самостоятельного изучения, организации диалогового обмена между преподавателем и обучающимися, когда процесс обучения не критичен к их расположению в пространстве и во времени, а также к конкретному образовательному учреждению» [1].

В противовес дистанционной, традиционную форму обучения можно охарактеризовать как процесс непосредственного взаимодействия между педагогом и обучающимся, в результате которого у последнего формируются определенные знания и умения на основе его собственной активности [10, с. 480]. В процессе обучения и воспитания происходит развитие различных психических процессов и психических свойств личности [7, с. 254]. Для успешного развития личности ребенка педагоги и психологи продолжают изучать определенные закономерности формирования психических новообразований у учащихся и обосновывают эффективность использования тех или иных методов и технологий в обучении и воспитании [10, с. 524]. Возрастные особенности психического развития детей характеризуются изменениями в психоэмоциональной сфере. Психоэмоциональное состояние включает в себя такие компоненты, как физиологическое возбуждение, чувства, когнитивные процессы (восприятие, память, внимание, мышление), поведенческие реакции [13]. Социальная среда является одним из основных факторов, влияющих на психоэмоциональное состояние, поэтому в образовательном процессе важно поддерживать эмоциональное благополучие и психологический комфорт каждого ребенка.

Дистанционное обучение – новая и малознакомая форма обучения для школьников. Но для современных реалий форма необходимая и востребованная в связи с различными социально-экономическими и эпидемиологическими изменениями. Следует отметить, что на данный момент проблема готовности и способности учащихся к дистанционному обучению изучена слабо: с какими трудностями сталкиваются учащиеся, какова роль педагога в процессе дистанционного обучения и, главным образом, как дистанционное обучение влияет на психоэмоциональное состояние учащихся?

Целью настоящего исследования является изучение и оценка влияния дистанционного обучения на психоэмоциональное состояние учащихся. Для достижения поставленной цели использовались следующие методы

исследования: анализ психолого-педагогической литературы применительно к исследуемой проблеме, обобщение, анкетирование, анализ и синтез полученных данных, методы математической статистики.

Для оценки влияния дистанционного обучения на психоэмоциональное состояние учащихся нами было проведено исследование, заключающееся в разработке анкеты, состоящей из 20 вопросов, проведении опроса учащихся в форме анкетирования, анализе полученных результатов. Критериями выбора такого метода исследования, как анкетирование, явились простота и доступность в использовании и обработке полученных результатов. Кроме того, преподавателям Уральского государственного педагогического университета было предложено оценить разработанную анкету, заполнив экспертные листы. Обработка экспертных листов подтвердила валидность, надежность и объективность выбранного метода исследования.

В анкетировании приняли участие 120 респондентов – учащиеся различных общеобразовательных организаций в возрасте от 12 до 18 лет, обучающиеся дистанционно в период с марта по май 2020 года в связи с пандемией новой коронавирусной инфекции. Респонденты – жители разных субъектов Российской Федерации. Анкетирование проводилось в электронной форме, анкета распространялась через социальную сеть Вконтакте.

Вопросы анкеты были сформированы по 3 блокам: учебная нагрузка, социальная коммуникация, общее состояние и настроение. Большую часть респондентов составили представители возрастной группы от 15 до 18 лет (60%), хотя анкета была разослана представителям и других возрастных групп. Отсюда можно сделать вывод о том, что старшие школьники в большей степени заинтересованы в оценке собственного восприятия форм организации образовательного процесса.

На вопрос о том, какие формы организации обучения использовались в период дистанционного обучения, 76,7% респондентов ответили, что преподаватели организовывали самостоятельную работу по предоставленным

материалам (лекции, презентации, видеоуроки), то есть без непосредственного взаимодействия с педагогом; 56,7% респондентов указали, что занятия проходили в режиме онлайн посредством Skype, Zoom и других платформ для вебинаров и конференций. По этим результатам можно говорить о том, что дистанционное обучение основывалось в большей мере на самостоятельной работе учащихся.

В психолого-педагогической литературе под самостоятельной работой понимается деятельность обучающихся, которая протекает без непосредственного руководства преподавателя, хотя направляется и организуется им [9, с. 1]. Кроме того, к самостоятельной работе предъявляются определенные требования, главное из которых: самостоятельная работа может только углублять, расширять и совершенствовать знания, умения и навыки, полученные учащимися на уроке, но она не имеет основной целью сообщение новых знаний [8, с. 226]. Безусловно, роль педагога в современной школе меняется, и педагог сегодня уже не является транслятором готового знания, он – тьютор, фасилитатор, организатор, модератор, консультант. На практике же в процессе дистанционного обучения большинство учащихся были вынуждены самостоятельно изучать новый материал, причем процесс этого изучения не был специально организован педагогами и не сопровождался консультированием. Такая форма работы вызвала определенные трудности у учащихся: 60,8% опрошенных ответили, что им не хватало коммуникации с преподавателем (было сложно уточнить непонятный материал); 50,8% столкнулись с тем, что им было трудно самостоятельно распределить время на учебу и отдых; 45,8% признались, что чаще откладывали выполнение задания на более поздний срок; 26% респондентов отметили, что не выполняли задания в обозначенный педагогом срок.

Среди общих недостатков дистанционного обучения учащиеся отметили технические проблемы с интернетом (40%), а также сложность сосредоточения на учебной деятельности в домашней обстановке (38,3%).

Кроме прочего, 65% респондентов отметили, что увеличилась общая продолжительность выполнения домашних заданий, что повлияло на снижение физической активности и количество прогулок на свежем воздухе. Также 41% респондентов отметили большую рассеянность внимания по сравнению с очной формой, 56% отметили, что из-за отсутствия очной коммуникации запоминать материал стало значительно сложнее.

Мнения учащихся на вопрос о самочувствии разделились: 40% ответили, что чувствовали себя дома лучше, чем, когда посещали школу; 39% респондентов уставали дома сильнее; 21% опрошенных отметили, что ничего не изменилось. Учащиеся, которые выполняли все задания качественно и в указанный срок, испытывали большую усталость на дистанционном обучении по сравнению с очной формой, поскольку основную часть времени проводили за компьютером или телефоном. В то же время, находясь дома, учащиеся не тратили время на дорогу до учебного заведения, а в определенных случаях увеличилось время сна, что способствовало улучшению самочувствия.

На вопрос о коммуникационных связях со сверстниками 61,7% респондентов ответили, что им не хватало реального общения с одноклассниками, работы в групповых и парных формах, непосредственного контакта; 38,3% объяснили, что им было достаточно общения через социальные сети. При этом у 35% настроение в период дистанционного обучения было хуже, чем обычно: «угнетающе», «ужасно»; 34,2% высказали мнение о том, что настроение было лучше, чем обычно, а оставшаяся часть респондентов отметила, что особых изменений не произошло.

На вопрос о результатах обучения 45,8% респондентов ответили, что результаты обучения (качество знаний) стали хуже, и только 15% опрошенных ответили, что лучше усвоили материал, остальные респонденты не отметили никаких изменений. Также было установлено, что 46,6% опрошенных не желали бы использовать дистанционное обучение в дальнейшем; 38,2%, напротив, хотели бы использовать дистанционное обучение для

образовательных целей. 14,2% опрошенных высказали неоднозначное мнение, в частности, учащиеся дали такие ответы: «Зависит от обстоятельств, в каждой форме обучения есть свои плюсы и минусы», «Да, но не постоянно», «Только если это теоретические предметы, не требующие консультации преподавателя» – то есть для большинства учащихся важна роль преподавателя в организации учебного процесса.

В результате анализа полученных данных можно констатировать следующее:

1. В процессе дистанционного обучения увеличилась учебная нагрузка и продолжительность выполнения домашних заданий, однако конечный результат стал хуже.

2. В процессе дистанционного обучения учащимся было недостаточно коммуникации как с преподавателями, так и со сверстниками, что негативно отразилось на протекании таких психических процессов, как восприятие, внимание, память и мышление.

3. Обучение в режиме онлайн негативно сказалось на общем самочувствии респондентов, ухудшение настроения произошло более чем у трети опрошенных.

4. Большинство учащихся не желали бы использовать дистанционную форму обучения в дальнейшем.

Результаты анкетирования учащихся выявили проблемы в сохранении и укреплении не только психического, но и физического здоровья обучающихся в условиях дистанцирования как всей жизнедеятельности, так и образовательной деятельности. Все вышесказанное дает основание утверждать, что дистанционное обучение оказывает в большей степени негативное воздействие на психоэмоциональное состояние учащихся. Результаты исследования открывают перспективы для дальнейшего изучения проблем организации дистанционного обучения, а именно разработки педагогических

условий, обоснования эффективности форм, методов и средств дистанционного обучения.

Список литературы:

1. Андреев А.А. Введение в дистанционное обучение // Материалы IV Международной конференции по дистанционному образованию. URL: <http://masters.donntu.org/2001/fvti/kozdoaba/diss/lib/broshur.htm> (дата обращения: 25.10.2020).

2. Бабанский Ю.К. Методы обучения в современной школе. М. : Просвещение, 1985. 208 с.

3. Богдан Д.И. Основные факторы психологического развития // Инфоурок. URL: <https://infourok.ru/osnovnye-factory-psihologicheskogo-razvitiya-4237879.html> (дата обращения: 08.11.2020).

4. Варданын Н.А. Развитие дистанционного обучения в общеобразовательной школе : автореф. дис. ... канд. педагогических наук. М., 2004. 211 с.

5. Волова Н.Ю. Педагогические основы дистанционного обучения : автореф. дис. ... канд. педагогических наук. Самара, 2000. 156 с.

6. Выготский Л.С. Психология развития ребенка. М. : Смысл ; Эксмо, 2004. 512 с.

7. Григорьева М.В. Психология взаимодействий школьника и образовательной среды // Ученые записки: электрон. науч. журн. 2010. Т. 3. Сер. Психология. Педагогика. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-vzaimodeystviy-shkolnika-i-obrazovatelnoy-sredy> (дата обращения: 25.10.2020).

8. Дудьев В.П. Психомоторика: словарь-справочник. М. : ВЛАДОС, 2008. 366 с.

8. Зимняя И.А. Педагогическая психология. Ростов-н/Д. : Феникс, 1997. 480 с.

10. Исакова Т.Б. Сущность понятия «Самостоятельная работа» // Вестник Волжского университета имени В.Н Татищева: электрон. науч. журн. 2009. № 2. С. 93–105. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-ponyatiya-samostoyatelnaya-rabota> (дата обращения: 25.10.2020).

11. Пьянников М.М. К вопросу об истории дистанционного образования // Ученые записки Забайкальского государственного университета: электрон. науч. журн. 2011. № 5. С. 119–124. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-ob-istorii-distantsionnogo-obrazovaniya> (дата обращения: 25.10.2020).

12. Сидорова С.В. Информационные технологии в дистанционном образовании // Наука и образование сегодня: электрон. науч. журн. 2010. 2017. № 9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/informatsionnye-tehnologii-v-distantsionnom-obrazovanii> (дата обращения: 25.10.2020).

13. Столяренко Л.Д., Самыгин С.И., Столяренко В.Е. Психология и педагогика. Ростов-н/Д. : Феникс, 2016. 636 с.

14. Трофимова И. Что такое психоэмоциональное состояние и от чего оно зависит? // Энциклопедия развития wikigrowth. URL: <https://wikigrowth.ru/psychologiya/psihoeemocionalnoe-sostoyanie/> (дата обращения: 08.11.2020)

15. Приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 (ред. от 29.12.2014 № 1644) «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 01.02.2011 № 19644).

16. Приказ Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 413 (ред. от 29.12.2014 № 1645) «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 г. № 24480).

References:

1. Andreev A.A. Vvedenie v distancionnoe obuchenie // Materialy IV Mezhdunarodnoj konferencii po distancionnomu obrazovaniju. URL: <http://masters.donntu.org/2001/fvti/kozdoaba/diss/lib/broshur.htm> (data obrashhenija: 25.10.2020).

2. Babanskij Ju.K. Metody obuchenija v sovremennoj shkole. M. : Prosveshhenie, 1985. 208 p.

3. Bogdan D.I. Osnovnye faktory psihologicheskogo razvitiya // Infourok. URL: <https://infourok.ru/osnovnye-factory-psihologicheskogo-razvitiya-4237879.html> (data obrashhenija: 08.11.2020).

4. Vardanjan N.A. Razvitie distancionnogo obuchenija v obshheobrazovatel'noj shkole : avtoref. dis. ... kand. pedagogicheskikh nauk. M., 2004. 211 p.

5. Volova N.Ju. Pedagogicheskie osnovy distancionnogo obuchenija : avtoref. dis. ... kand. pedagogicheskikh nauk. Samara, 2000. 156 p.

6. Vygotskij L.S. Psihologija razvitiya rebenka. M. : Smysl ; Jeksmo, 2004. 512 s.

7. Grigor'eva M.V. Psihologija vzaimodejstvij shkol'nika i obrazovatel'noj sredy // Uchenye zapiski: jelektron. nauch. zhurn. 2010. T. 3. Ser. Psihologija. Pedagogika. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-vzaimodeystviy-shkolnika-i-obrazovatelnoy-sredy> (data obrashhenija: 25.10.2020).

8. Dud'ev V.P. Psihomotorika: slovar'-spravochnik. M. : VLADOS, 2008. 366 p.

9. Zimnjaja I.A. Pedagogicheskaja psihologija. Rostov-n/D. : Feniks, 1997. 480 p.

10. Isakova T.B. Sushhnost' Ponjatija «Samostojatel'naja Rabota» // Vestnik Volzhskogo Universiteta imeni V.N Tatishheva : jelektron. nauch. zhurn. 2009. № 2. P. 93–105. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-ponyatiya-samostoyatelnaya-rabota> (data obrashhenija: 25.10.2020).

11. P'jannikov M.M. K voprosu ob istorii distancionnogo obrazovanija // Uchenye zapiski zabajkal'skogo gosudarstvennogo universiteta : jelektron. nauch. zhurn. 2011. № 5. P. 119–124. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-ob-istorii-distantsionnogo-obrazovanija> (data obrashhenija: 25.10.2020).

12. Sidorova S.V. Informacionnye tehnologii v distancionnom obrazovanii // Nauka i obrazovanie segodnja: jelektron. nauch. zhurn. 2010. 2017. № 9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/informatsionnye-tehnologii-v-distantsionnom-obrazovanii> (data obrashhenija: 25.10.2020).

13. Stoljarenko L.D., Samygin S.I., Stoljarenko V.E. Psihologija i pedagogika. Rostov-n/D. : Feniks, 2016. 636 p.

14. Trofimova I. Chto takoe psihojemocional'noe sostojanie i ot chego ono zavisit? // Jenciklopedija razvitija wikigrowth. URL: <https://wikigrowth.ru/psihologiya/psihoemocionalnoe-sostoyanie/> (data obrashhenija: 08.11.2020)

15. Prikaz Minobrnauki RF ot 17.12.2010 № 1897 (red. ot 29.12.2014 № 1644) «Ob utverzhdenii Federal'nogo gosudarstvennogo obrazovatel'nogo standarta osnovnogo obshhego obrazovanija» (Zaregistrirovano v Minjuste RF 01.02.2011 № 19644).

16. Prikaz Minobrnauki RF ot 6 oktjabrja 2009 g. № 413 (red. ot 29.12.2014 № 1645) «Ob utverzhdenii Federal'nogo gosudarstvennogo obrazovatel'nogo standarta srednego obshhego obrazovanija» (Zaregistrirovano v Minjuste Rossii 07.06.2012 g. № 24480).