

ӘОЖ 159.922.2: 37.013.77 (45)
DOI 10. 56525/BCJX5463

МЕКТЕП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ МАЗАСЫЗДЫҒЫНЫҢ АЛДЫН АЛУДЫҢ МАҢЫЗДЫ ШАРТТАРЫ

***Г.Ж. Жүнелбаева¹, Емин Атасой²**

¹Есенов университеті, Ақтау, Қазақстан

²Бурса Улудаг Университеті, Стамбул, Турция

e-mail: gulnur.zhunelbayeva@yu.edu.kz, eatasoy@uludag.edu.tr

Аңдатпа. Мектеп оқушылары – қоғамға енді бейімделіп, мінез – құлығы қалыптасып, психологиялық сезімдері әлі тұрақтана қоймаған жандар. Олардың бойында алаңдаушылық, мазасыздық тәрізді сезімдердің басым болуы да заңдылық. Себебі, олар кез – келген ақпаратты шынайы әрі жанына жақын қабылдайды.

Жалпы, мазасыздық – бұл адамның психикалық жай – күйі, сезімдері мен эмоциясының тым жоғарылап немесе шамадан тыс бәсеңдеуі салдарынан стресстік жағдайға түсу болып табылады. Әрине, мазасыздықты әр адам жеке басынан әр – түрлі өткізеді. Дей тұрғанмен, кіші жастағы қоғам мүшелері кез – келген жағдаятқа мазасыздық танытып, күйгелектенуі мүмкін. Себебі, олар толық әлеуметтенбеген, бейімделу үрдісінде, психологиялық тұрақтылығы қалыптасып келе жатқан жандар.

Көбіне оқушылардың бойындағы мазасыздық сабақ үлгеріме тікелей байланысты. Бұл пән мұғалімдерімен ортақ тіл табыса алмау, сабақты түсінбеу, тапсырма орындаудағы қателіктерден қорқу, коммуникативтік қарым – қатынасқа еркін түсіп кете алмауы салдарынан сыныптағы достыққа қатысты алаңдаушылығы. Әрине, бұл тізімге енетін көптеген мәселелер бар. Сондықтан, мектеп психологтарының жұмысы осы мазасыздықтың алдын – алып, оқушылардың бойына сенімділікті қалыптастыру.

Өкінішке орай, оқушылардың бойындағы мазасыздық отбасындағы кейбір мәселелерден де туындауы мүмкін. Сол себепті, бұл мақалада мазасыздықтың туындауы себептерін жан – жақты талдап, оның алдын – алуға бағытталған іс – шараларға тоқталатын боламыз.

Зерттеу барысында көптеген ғылыми тұжырымдамаларға назар аударылып, баспа беттерінде жарияланған анықтамалар қолданылды. Мәселені оңтайлы шешудің жолдары қарастырылып, сала мамандарына қажет ақпараттар ұсынылып, оны тәжірибеде қолданудың қажет тұстары енгізілді.

Ғылыми мақала мектеп психологтарына, пән мұғалімдері мен ата – аналарға және де психологиялық – педагогикалық білімін толықтыруға ниетті жандар үшін пайдалы болады деп сенеміз. Әр бөлім тақырыбына сәйкес мақала мәтіні жазылып, мәселені шешу жолында жан – жақты талдаулар жүргізілді.

Бұл зерттеулер білім сапасы мен тағылымды тәрбиеде өзінің оң әсерін тигізіп, оқушылардың тұлғалық қасиетінің дұрыс қалыптасуына жол ашпақ.

Түйін сөздер: оқушы, мазасыздық, алаңдаушылық, мұғалім, ата – ана, психолог, мәселе, алдын – алу, сауалнама, диагностика.

Кіріспе

Қазіргі заманда жиі қолданылатын, сәнді сөз стресс. Стресс – бұл адам ағзасының физикалық және психикалық тұрғыдан күштеу қалпы. Оның қандай түрі болмасын оны біз әруақытта сезінеміз. Болмашы стрестің өзі шарасыздыққа алып келеді.

Оқушылардың стресстік жағдайы – жаңа ортаға бейімделу, қоршаған ортамен қарым – қатынас, өтпелі кезең, кризистік жас секілді көптеген жағдаяттарға тікелей байланысты болуы мүмкін.

Адам психологиясының ерекшеліктерінің бірі кейбір субъектілер кез – келген сыртқы тітіркендіргіштерді тез қабылдаса, екінші біреулеріне сыртқы жағдай әсер етпеуі мүмкін, ал үшінші бір адамдарға сыртқы жағдай әсер еткен жағдайда оған мән бермесе, төртінші біреулері асқазанның ішінде қуыс бардай сезім болып, отыра алмай мазасызданады. Аталмыш төрт типтің бірінші тобындағы адамдар стресске тез түседі.[1, 53 б.]

Қазіргі жағдайда стресске мектеп оқушылары жиі ұшырауда. Оған әсер ететін көптеген факторлардың бірі:

- Ата – ана мен бала арасындағы түсінбеушілік;
- Мұғалім мен оқушы арасындағы педагогикалық қарым – қатынастың болмауы;
- Оқушылардың өз арасында болатын түрлі мәселелерге байланысты дау – дамайлар, келісе алмаушылық, қызғаныш, өкпе, т.б.

- ҰБТ тесттен өте алмау;

- Өзін өзгелерден кем санау;

- Материалдық әлеуметтік жағдайдың тең болмауы, т.б.

Аталған факторлардың бәрі оқушылардың шамадан тыс мазасыздығына алып келеді. Бұл жерде айта кетуіміз керек, кей адамдар тумасынан темпераменті басым, қызуқанды болып келсе, кейбіреулері қоршаған ортадағы қысым әсерінен стрестік жағдайға ұшырап, бойында мазасыздық пайда болады. Әдетте, бұл тым қатал ата – ана немесе талапшыл отбасыда тәрбиеленетін балаларда айқын аңғарылады. Олар қателесуден қорқады, төмен баға аламын деп алаңдайды, кез – келген жағдайдан сәтсіздік күтіп, өздеріне сенімсіз болады. Салдары шамадан тыс мазасыздыққа әкеліп соғады.

Тұлға дамуындағы маңызды детерминанттың бірі – отбасы тәрбиесі болып табылатыны баршаға мәлім. Ата – ананың балаға деген қарым – қатынасы оның жеке – тұлғалық және мінез – құлықтарының қалыптасуына біршама әсер етеді. Баланың тұлғасы оның өмірі өтетін барлық қоғамдық қарым – қатынастарының әсерінен қалыптасады. Алайда, ата – ананың адамгершілік мәдениетінің деңгейі, олардың өмірлік жоспарлары мен мақсаттары, әлеуметтік байланыстары, отбасылық салт – дәстүрлер, осының барлығы жас тұлғаның дамуына айтарлықтай әсер етеді. Отбасында бала қоғамдағы қалыпты өмірге қажетті өзіндік нақты ұстанымдар, қоғам мақұлдайтын өз – өзін ұстай білу қабілеттерін қалыптастырады. Дәл осы отбасында баланың жеке – даралығы мен оның ішкі әлемі жоғары деңгейде байқалады. Ата – ананың балаға деген махаббаты оның өмірінің рухани және интеллектуалдық, эмоционалды аймағын байытуға көмектеседі. [2, 3 б.]

Сол себепті, әр оқушының отбасылық жағдайына жіті мән беру де мектеп психологының жұмысының бір бөлігіне енеді. Балалардың бойындағы мазасыздықтың алдын – алу үшін ата – анамен бірлескен іс – әрекеттер үздіксіз жүргізіліп, сауалнамалар алынып, сынып жетекшісі, пән мұғалімдерінің пікірі ескеріліп, әр баламен жекелей жұмыс жүзеге асырылғаны абзал.

Материалдар мен зерттеу әдістері.

Зерттеу жұмысына «Адамзат ақыл – ойының қазынасы» атты он томдық кітапқа енгізілген ақпараттар, оған қоса, «Психология тарихы» атты Т.Р.Жайсанбаевтың еңбегі, «Педагогикалық қарым – қатынас негіздері» атауымен баспада жарияланған оқу – әдістемелік құрал және ғылыми мақалалар жинақталған журналдар мен ақпараттарық – танымдық материалдар қолданылды. Сонымен қатар, мақаланы жазу барысында заманауи құрал – жабдықтарды ұтымды пайдалануға тырысып, ғаламтор көмегімен «онлайн кітапханалар» желісін шолып шықтым.

Оған қоса, зерттеу әдісінің ең тиімді бөлігінің бірі – диагностика жасау. Әрине, психологияның ең негізгі нысаны адам болғандықтан, оның бойынан табылатын ерекшеліктерді зерттей отыра, ғылымда оның бұзушылықтарына да тереңінен зер салатыны рас. Психологиялық қандай да бір өзгерістері байқалатын жандарды анықтау үшін түрлі диагностика жасау, оның белгілерін анықтау аса маңызды.

Ақыл – ой, мінез – құлық бұзылыстары туа бітті, сондай – ақ жүре пайда болуы мүмкін. Кейде күнделікті күйбің тірлікте қатты секем алу, ашушаңдық, стресс, депрессия тағы да өзге де түрлі жайттардың орын алуы салдарынан психологиялық бұзушылықтарға, шамадан тыс мазасыздыққа алып келуі мүмкін.

Білім беру жүйесіндегі психодиагностикалық өзіндік принциптердің ерекшеліктері бар. Өйткені көптеген зерттеулерде ғылыми – зерттеу психодиагностикасы мен ғылыми – практикалық диагностиканы бір – бірінен ажырата білу қажеттігі айтылған. [3].

Осы орайда, мектеп оқушыларының мазасыздығын анықтау мақсатында «Флипстің тестін» алуға болады. Бірнеше сұрақтар қамтылған сауалнаманы оқушылар толтырып, оның нәтижесінде әр баланың жеке уайымы мен жай – күйін анықтауға болады. Яғни, арнайы сала маманы жалпы мазасыздық, әлеуметтік стресті уайымдау, сәтсіздіктер мен кедергілер, үрейді тудыратын жайттар, қорқыныш және осы секілді тақырыптарда арнайы сұрақтар енгізіп, оны балл жүйесі бойынша есептеп, қорытындысы жеке диаграмма түрінде көрсетіледі.

Оған қоса негізгі диагностикалық әдіс – тәсілдердің қатарына Ж.Тейлордың «мазасыздық деңгейін өлшеу» әдісін де енгізе аламыз. Бұл жалпылама сынып оқушыларының мазасыздық деңгейін және жекелей іс – әрекетті бағалауға мүмкіндік беріп, сараптама жасауға жол ашады. Әрине, кез – келген сауалнаманы толтырар алдында ең алдымен оқушылармен түсіндірме – баяндау әдісін жүзеге асырып, сұрақтарға шынайы жауап беруін өтінген жөн. Ең бастысы, мектеп психологы мен оқушы арасында сенімді қарым – қатынас орнағаны абзал. Яғни, жеке бас құпиялылығы қатаң сақталған жағдайда ғана балалар өз жеке пікірін еш қорықпастан жариялап, сұрақтарға нақты жауап беретін болады.

Біз баланың жеке тұлғалық дамуын, оның психикасындағы когнитивтік, танымдық, қайта құрушылық және құндылық – бағыттылық сияқты түрлі іс – әрекетте көрінетін өзгерістері арқылы бағалаймыз. [4, 243 б.]

Әрине, диагностика жасау психология саласының ең басым бағыттарының бірі. Ғылыми – практикалық диагностика қоғамдық іс – тәжірибенің түрлі міндеттеріне, оқушылардың таным процестеріне дамыту міндетіне және мұғалімдердің жеке басының ізгіліктік бағытын зерттеуге бағытталады. Осы тұрғыда алғанда себептерді диагностикалау – оқушылардың қабілеттерін дамыту мен мұғалімдердің шығармашылық мүмкіндігін айқындау міндеті және мұғалімдердің жеке басының ізгіліктік бағытын зерттеуге бағытталады.

Дұрыс ұйымдастырылған консилуим, тек оқушыларды психологиялық – педагогикалық қолдау жүйесінде ғана емес, мектептегі білім беру процесінің сапасын арттыру мәселелерін шешуде маңызды рөл атқарары сөзсіз.

Зерттеу нәтижелері.

Зерттеу барысында алынған деректер статистикалық әдістер арқылы өңделіп, мазасыздық деңгейі бойынша төмен, орташа және жоғары көрсеткіштері анықталды. Мысалы, зерттелген оқушылардың 30%-ы жоғары мазасыздық деңгейін көрсетсе, 50%-ы орташа, ал 20%-ы төмен деңгейде мазасыздыққа бейім екені анықталды.

Жоғары мазасыздық деңгейі бар оқушылардың басым бөлігі академиялық жүктеменің ауырлығы, ата-аналар тарапынан қойылатын талаптардың жоғары болуы және өзін-өзі бағалаудың төмендігімен сипатталды.

Орташа деңгейдегі мазасыздық мектеп ортасының, құрдастарымен қарым-қатынастың және оқуға деген ынтаның тұрақсыздығына байланысты өзгеріп отыратыны анықталды.

Төмен мазасыздық деңгейін көрсеткен оқушылар, әдетте, эмоционалды тұрақты, әлеуметтік бейімделуі жоғары және қолдау көрсететін ортада тәрбиеленген болып шықты.

Біз мектеп оқушыларымен жекелей жүргізген зерттеу жұмысы арқылы көптеген факторлар олардың мазасыздығын арттыруға негіз болып, стресске әкелетінін анықтадық. Жоғарыда келтірілген негізгі себептермен қоса, қазіргі таңда әлеуметтік желінің де жас жеткіншектердің жүйкесіне кері әсер ететінін анықтадық. Оның ішінде әсіресе, кибербуллинг тақырыбы өзекті болып отыр.

Кибербуллинг жасөспірімдердің жеке тұлғасына әсер етеді. Қазіргі ғылым жасөспірімдік шақты өмір сүру аймағына, ұлттық салт – дәстүр ерекшелігіне қарай 12 мен 17 жас аралығы деп анықтайды. Л.С.Выготскийдің көрсетуінше 13 – 14 жас аралығындағы ауыспалы кезеңде жасөспірімнің өзіне деген сенімсіздігі мен толық қалыптаспауы асқына түсіп, шүбәланғыш, бір – біріне қысым көрсеткіш бола бастайды. Өзінің қадір – қасиетін, абыройын арттырғысы келетін жасөспірім құқықтарын кеңейтіп, бұйрық беруге төзбестік таныта бастайды. Сәтсіздік, әзіл мен келекені, әлеуметтік топтарға қабылданбауы оның қоғаммен қатынасын шиеленістіре түседі. [5, 358 б.]

Сол себепті, оқушылардың мазасыздығының алдын алу мақсатында әлеуметтік желі мен шынайы өмір арасындағы айырмашылықты кеңінен дәріптеп, мектеп жасындағы жандарға сыртқы факторларға төтеп берудің тәсілдері жиі ұсынылуы тиіс. Кәмелет жасына толмаған жандарға ата – аналары жауапты болғандықтан, олардың жеке кеңістігін құрметтей отыра, дегенмен өз балаларының әлеуметтік желідегі жазбаларынан хабардар болуын ескерту қажет. Ең бастысы, жас жеткіншектердің бір – бірімен достық қарым – қатынасын дәріптеп, әлсіздерге қысым көрсетпеу қажеттігін дәріптеген дұрыс.

Арнайы жүргізілген сауалнамалар да мазасыздықтың алдын – алуға септігін тигізіп, психологиялық көмек қажет оқушылармен жекелей жұмыс жасау қажеттігін туғызады. Осы арқылы оқушыларды толғандыратын тақырыптар төңірегінде сынып сағаты, жеке кездесу, түсіндірме жұмыстары, ата – аналармен жиналыс тәрізді маңызды іс – шаралар қосымша ұйымдастырылып, көпшіліктің көкейіндегі стресске әкелетін тақырыптар қозғалуы тиіс.

Мектеп оқушыларының мінез – құлқы, психологиясы толық тұрақтанбағандықтан, олардың бойындағы ашушаңдық, стресске әкеліп соғатын дүниелер қарапайым заттардан туындауы мүмкін. Бұл үрей, қорқыныш, мазасыздық сабақ үлгерімін төмендеуіне, тұлғалық дамуына кері әсерін тигізіп, қоғамға етене араласып кетуге кедергі келтіреді. Нәтижесінде өз – өзіне сенімсіз, айналаға девиантты мінез – құлығын көрсететін жандар қалыптасуы мүмкін. Оған қоса, мазасыздық деңгейі басым оқушылар аяқ – қолы дірілдегіш, тершең, өз эмоциясын ұстай алмайтын, түрлі жағымсыз әдеттерге бейім болып, ол уақыт өте келе әдетке айналып кетеді. Сондықтан, балалар арасында энураз, психологиялық тұрақсыздықтан арылу үшін мектеп жасындағы балалардың мазасыздығын анықтау аса үлкен қажеттілік.

Қорытынды.

Мектеп – әр баланың ең негізгі тұлғалық қасиеттері қалыптасып, қоршаған ортаға бейімделетін ортасы. Дәл осы кезде оларға көрсетілетін психологиялық қолдау, жеке басқа ұялататын сенімділік, тағылымды тәрбие мен қамқорлық көптеген мәселенің алдын – алып, олардың дұрыс арнада өсіп – жетілуіне септігін тигізбек.

Әрине, заман ағымына орай, жаңаша сипат, күнделікті күйбең – тіршілік, көптеген факторлар ересектердің стресске түсуіне әсер етеді. Бұл әрине, бала тәрбиесінде де көрініс табатыны анық. Әлеуметтік мәселелер кіші жастағы жандарды да осылайша айналып өтпейді. Себебі, балалардың басым бөлігі өз уақытын, қарым – қатынасын жанұяда өткізеді. Шамадан тыс агрессия, күйгелектік, шаршау сынды дүниелер отбасы мүшелерінде кездесетін болса, бұл автоматты түрде сол үйдің кіші жастағы тұрғындарына да беріледі. Сол себепті, мәселеге біз барынша тереңінен қарағанымыз абзал.

Шамадан тыс мазасыздықтың салдарын мақала барысында тереңінен қозғадық. Ал, оның алдын – алу үшін мектеп психологтарының жүйелі жұмысы, оқушылармен берік қарым – қатынасы, пән мұғалімдері мен ата – анамен тығыз байланысы бір – бірімен біте қайнасып, барынша кеңінен жүргізілгені жөн.

Балалар біздің болашағымыз. Сабырлы, кез – келген іске жауапкершілікпен қарап, қорқыныш пен үрейден бойын аулақ ұстайтын, мазасыздыққа ұрынбай, барынша өзіне деген сенімділігі басым шәкірттеріміз көп болсын!

ӘДЕБИЕТТЕР

1. Мамандану практикумының теориясы мен практикасы: Оқулық/ С. Қ. Нұрмұқашева ... – Атырау : МУ, 2014. - 227 б.
2. Ата-ана тәрбиесі стилінің баланың тұлғалық дамуына әсері = Влияние стиля воспитания родителей на личностное развитие ребенка: әдістемелік ұсыныстар / ; ҚР Білім және Ғылым министрлігі ; Б.І. Алтынсарин атын. Ұлттық білім акад.... – Астана : [б. ж.], 2015. - 31 б.
3. Жас ғалымдар мен студенттердің "Фараби әлемі" халықаралық ғылыми конф. материалдары, Материалы международной научной конференции студентов и молодых ученых "Фараби әлемі" (Алматы, 8-11 апреля 2014 г.), = Materials of international scientific conference of students and young scientists "Farabi alemi" / ... – Алматы : Қазақ университеті, 2014. - 297 б.
4. Психологиялық ғылым мен тәжірибенің қазіргі кездегі даму үрдістері және болашағы: Қазақ ғылыми психологиясының 100 жыл. арн. VII халықаралық ғыл.-әдіст. конф. және Қазақ психол. қоғамының I құрылтай съезінің материалдары (7 желтоқсан, Алматы к.), = Tendencies and prospects of development of modern psychological science and practice / ... – Алматы : Қазақ университеті, 2017. - 418 бет.
5. Қожахметова, Х.Т. Оқушылардың психологиялық жай-күйін реттеу әдістері. – Алматы: Қазақ университеті, 2017. – 53 б.
6. Молдағалиева Қ.Е. Эмоциялық тұрақтылықты дамыту: оқушыларға стрессті басқару әдістерін үйрету - Ақтөбе, 2022. - 118б.
7. Ерментаева, А.Р. Жас ерекшелік психологиясы. – Алматы: Қазақ университеті, 2015. - 17-20 б.

ВАЖНОСТЬ ПРОФИЛАКТИКИ ТРЕВОЖНОСТИ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ

***Жүнелбаева Г.Ж.¹, Емин Атасой²**

¹Университет Есенова, Актау, Казахстан

²Университет Бурсы Улудаг, Стамбул, Турция

e-mail: gulnur.zhunelbayeva@yu.edu.kz, eatasoy@uludag.edu.tr

Аннотация. Школьники – те люди которые еще не приспособленные к обществу, поведение которых только формируется, психологические чувства еще не стабилизированы. Преобладание в них таких чувств, как тревога, беспокойство, также является закономерностью. Это потому, что они быстро и близко воспринимают любую информацию.

Как правило, тревога – это состояние, при котором человек попадает в стрессовую ситуацию из – за слишком высокого или чрезмерно подавленного психического состояния, чувств и эмоций. Конечно, каждый человек переживает тревогу по-разному. Несмотря на это, члены общества младшего возраста могут чувствовать беспокойство по поводу любой ситуации и чувствовать себя некомфортно. Это потому, что они не полностью социализированы, находятся в процессе адаптации, у них формируется психологическая устойчивость.

Часто беспокойство учащихся напрямую связано с успеваемостью. Это беспокойство по поводу дружбы в классе из – за неспособности ладить с учителями-предметниками, непонимания урока, боязни ошибок в выполнении задания, неспособности свободно вступать в коммуникативные отношения. Конечно, есть много проблем, которые попадают в этот список. Поэтому работа школьных психологов заключается в том, чтобы предотвратить это беспокойство и укрепить уверенность учащихся.

К сожалению, беспокойство учащихся также может быть вызвано некоторыми проблемами в семье. Поэтому в этой статье мы подробно проанализируем причины возникновения тревожности и расскажем о мероприятиях, направленных на ее профилактику.

В исследовании основное внимание уделялось многим научным концепциям и использовались определения, опубликованные в печати. Рассмотрены пути оптимального решения проблемы, представлена информация, необходимая специалистам отрасли, внедрены аспекты ее применения на практике. Надеемся, что научная статья будет полезна школьным психологам, учителям – предметникам и родителям, а также всем, кто намерен пополнить свои психолого – педагогические знания.

В соответствии с темой каждого раздела был написан текст статьи, проведен всесторонний анализ решения проблемы. Эти исследования окажут положительное влияние на качество знаний и воспитательное воспитание, откроют путь к правильному формированию личностных качеств учащихся.

Ключевые слова: ученик, тревога, стресс, учитель, родитель, психолог, проблема, профилактика, опрос, диагностика.

THE IMPORTANCE OF PREVENTING ANXIETY AMONG SCHOOLCHILDREN

***Zhunelbayeva G.Zh.¹, Emin Atasoy²**

¹Yesenov University, Aktau, Kazakhstan

²Bursa Uludag University, Stambul, Turkey

e-mail: gulnur.zhunelbayeva@yu.edu.kz, eatasoy@uludag.edu.tr

Annotation. Schoolchildren are those people who are not yet adapted to society, whose behavior is just being formed, and their psychological feelings have not yet been stabilized. The predominance of feelings such as anxiety and anxiety in them is also a pattern. This is because they perceive any information quickly and closely. As a rule, anxiety is a condition in which a person gets into a stressful situation due to too high or excessively depressed mental state, feelings and emotions. Of course, everyone experiences anxiety in different ways. Despite this, younger members of society can feel anxious about any situation and feel uncomfortable. This is because they are not fully socialized, they are in the process of adapting, and they are developing psychological stability. Students' anxiety is often directly related to academic performance. This is concern about friendship in the classroom due to the inability to get along with subject teachers, misunderstanding of the lesson, fear of mistakes in completing assignments, and inability to freely engage in communicative relationships. Of course, there are many problems that fall into this list. Therefore, the job of school psychologists is to prevent this anxiety and strengthen students' confidence. Unfortunately, students' anxiety can also be caused by some family problems. Therefore, in this article we will analyze in detail the causes of anxiety and tell you about measures aimed at its prevention. The study focused on many scientific concepts and used definitions published in the press. The ways of optimal solution of the problem are considered, information necessary for industry specialists is presented, aspects of its application in practice are introduced. We hope that the scientific article will be useful to school psychologists, subject teachers and parents, as well as to anyone who intends to replenish their psychological and pedagogical knowledge. In accordance with the topic of each section, the text of the article was written, and a comprehensive analysis of the problem solution was carried out. These studies will have a positive impact on the quality of knowledge and educational upbringing, and will pave the way for the proper formation of students' personal qualities.

Keywords: student, anxiety, stress, teacher, parent, psychologist, problem, prevention, survey, diagnosis.