

НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Хабарова Анастасия Анатольевна,
обучающийся магистратуры

Перышкова Светлана Алексеевна,¹
к.псих.н., доцент кафедры педагогики и психологии
Социально-педагогический институт

Мичуринский государственный аграрный университет
г. Мичуринск, Россия

Аннотация. В статье рассматриваются особенности эмоционального развития детей младшего школьного возраста. Выделена проблема неблагоприятных эмоциональных состояний младшего школьника.

Ключевые слова: эмоциональная сфера, неблагоприятные эмоциональные состояния, эмоциональное самочувствие, психологическое здоровье.

¹ Перышкова С.А., Хабарова А.А., perissveta@yandex.ru

Функционирование эмоциональной сферы во многом определяет важнейшие аспекты жизни человека. Эмоциональная сфера обуславливает наши межличностные отношения, влияет на формирование самооценки личности, детерминирует отношение к миру, к собственной жизнедеятельности, воздействует на уровень психологического здоровья личности, ее стрессоустойчивость.

Многочисленные исследования, посвященные особенностям онтогенетического развития, подтверждают огромное влияние эмоционального развития на психологическое благополучие личности. В детской психологии часто отмечается вопрос незрелости эмоциональной сферы ребенка и проблемы, непосредственно связанные с этим. Спектр эмоций, переживаемых ребенком не такой, как у взрослого. Также пока не развилось умение понимать и дифференцировать эмоции. Зато сила эмоционального реагирования у детей гораздо больше. Поэтому стоит учитывать не только благотворное влияние положительных эмоций на психическое состояние ребенка, но и нельзя недооценивать влияние негативных эмоций на их жизнедеятельность, самочувствие и психологическое здоровье [5].

Особое значение исследование эмоционального развития детей приобретает в младшем школьном возрасте. Много меняется в этот период в жизни ребенка: режим, ведущая деятельность, социальная ситуация развития. В связи с этими изменениями важнейших сфер жизни, привычного окружения, возросших требований, младшие школьники пребывают в условиях повышенной стрессогенности, испытывая отрицательные эмоции. Периодическое или постоянное пребывание младших школьников в состоянии грусти, обиды, тревоги, страха, напряженности формирует неблагоприятные эмоциональные состояния.

Эмоциональная сфера младших школьников отличается от дошкольников большей устойчивостью и продолжительностью. Соответственно, и негативные эмоциональные состояния переживаются ими дольше и разрушительнее. В

практической психологии давно известны такие понятия как «школьная тревожность», «школьная дезадаптация», «школьные страхи» и т.д. [4].

Но неблагоприятные эмоциональные состояния у младших школьников не возникают спонтанно. Как правило, существует причинная обусловленность их возникновения. Можно выделить ряд объективных причин внешнего характера, вызывающих неблагоприятные эмоциональные состояния у младших школьников. К ним можно отнести эмоциональную пустоту в общении со взрослыми, низкую эмоциональную наполненность отношений со сверстниками, педагогические ошибки учителя, преобладание авторитарного или попустительского стиля в руководстве младшими школьниками, неадекватные типы семейного воспитания, жестокое обращение с детьми, неоправданно высокие требования педагогов и родителей к ребенку, информационная перегруженность детей и так далее.

Типичными проблемами для младших школьников становятся нарушения эмоционально-личностного развития. Чаще всего это неадекватная самооценка, эмоциональная лабильность, ситуативная и личностная тревожность, страхи (чаще всего, связанные со школой), агрессивные и другие негативные тенденции в общении со взрослыми и сверстниками [6]. Потому основные направления психологического сопровождения младших школьников будут в том числе связаны с диагностической, коррекционно - развивающей, психопрофилактической работой, направленной на работу с типичными эмоциональными проблемами младших школьников.

Коррекционное психолого-педагогическое воздействие будет прежде всего направлено на сохранение и повышение уровня психологического здоровья ребенка, повышения уровня его стрессоустойчивости, повышение адаптивных возможностей психики младшего школьника, снижению эмоционального дискомфорта ребенка. Большой пласт работы в этом направлении – коррекция неадекватной самооценки ребенка, испытывающего неблагоприятные эмоциональные состояния. Эта работа также будет связана с развитием самосознания ребенка, профилактикой алекситимии, формированием

психоэмоциональной устойчивости и развитию навыков саморегуляции. Спектр направлений психокоррекционных техник и методик по работе с эмоциональными нарушениями велик и разнообразен.

Коррекционная работа с младшими школьниками, переживающими неблагоприятные эмоциональные состояния, начинается с психологической диагностики эмоционально-личностной сферы ребенка. Основными задачами этого этапа работы могут стать: определение типичных эмоциональных состояний младших школьников; выявление основных неблагоприятных эмоциональных состояний, испытываемых учащимися начальных классов; выявление психолого-педагогических и социальных причин возникновения неблагоприятных эмоциональных состояний. Далее в работе начинается исследование причин, условий и факторов, вызывающих неблагоприятные эмоциональные состояния у детей. Здесь могут применяться биографические методы, «архивный» метод, беседы с учителем и родителями, социометрические методики. Определив причину эмоционального неблагополучия ребенка, можно приступить к разработке и реализации коррекционной программы по оптимизации эмоционального развития младших школьников. Причем включать в эту программу можно не только детей, испытывающих неблагоприятные эмоциональные состояния, но и детей без этих проблем. В таком случае, программа будет носить профилактический характер.

Психологические особенности младшего школьного возраста обуславливают предпочтительность проективных методик как в диагностической, так и в коррекционной работе. Хороший результат в работе с эмоциональной сферой младших школьников, в частности, дают психодраматические упражнения. Также особое внимание в психологической коррекции неблагоприятных эмоциональных состояний стоит уделить арттерапевтическим и игротерапевтическим техникам.

Большая роль в системе психологической помощи младшим школьникам с неблагоприятными эмоциональными состояниями отводится психопрофилактической и просветительской работе. В силу незрелости

эмоциональной сферы, как уже было отмечено выше, младший школьный возраст является потенциально уязвимым для возникновения неблагоприятных эмоциональных состояний. Это делает профилактические задачи в системе психологического сопровождения младших школьников приоритетными [1]. Эмоциональное самочувствие и состояние во многом определяют успешность ребенка в учебе, отношении со сверстниками, взаимоотношениях со взрослыми, а также влияют на формирование отношения к себе. Психопрофилактическая работа позволит купировать эмоциональные аффекты, импульсивность, преодолевать эмоциональную нестабильность и недостаточную регуляцию своим поведением у младших школьников.

В свою очередь, просветительская работа с педагогами, родителями и обучающимися позволит получить знания об особенностях функционирования эмоциональной сферы личности, специфике развития эмоций в детском возрасте, поможет понимать эмоции, которые испытывает ребенок, не игнорировать их. Педагоги с учетом этих знаний смогут выстраивать отношения с младшими школьниками, адекватные целям и задачам обучения [2]. Также акцентирование проблемы эмоционального развития младших школьников позволит более эффективно строить процесс педагогического общения со всеми участниками образовательных отношений.

Особое значение в работе с эмоциональной сферой младших школьников приобретает индивидуальный подход. Учет индивидуальных характеристик эмоционального развития младших школьников с неблагоприятными эмоциональными состояниями может помочь предупредить негативные проявления в поведении ребенка. Но в то же время, преодоление эмоционального недоразвития обучающихся должно опираться на коррекционно-развивающую работу, которая, в свою очередь представляет из себя не отдельные упражнения по совершенствованию эмоциональной сферы, а целостную и глубокую деятельность младшего школьника, органично вплетенную в его повседневную жизнь и развитие [3, 7].

Список литературы:

1. Кирпичева, Е.В., Корепанова, Е.В. Психолого-педагогическое сопровождение детей с особенностями в обучении письму и чтению: возможности вузовской подготовки педагогов начального образования / Е.В. Кирпичева, Е.В. Корепанова // Вопросы современной науки и практики. Университет им. В.И. Вернадского. – 2019. – № 3. – С. 136-145.
2. Корепанова, Е.В. Непрерывность и преемственность в общепедагогической подготовке учителя / Е.В. Корепанова, О.А. Бусуек // Наука и Образование. – 2019. – № 2. – С. 132.
3. Костюшина Е.В. Нравственное развитие – интегративная часть процесса развития личности // материалы VI Владимирских духовно-образовательных чтений. – Мичуринск: изд. МичГАУ, 2019. – С. 36-40
4. Перышкова С.А. Пути оптимизации педагогического взаимодействия в высшей школе / С.А. Перышкова // Современные педагогические технологии в организации образовательного пространства региона: сборник материалов Областной научно-практической конференции. – Мичуринск: Издательство Мичуринского ГАУ, 2018. – С.70 - 76.
5. Перышкова С.А. Проблема сохранения психологического здоровья педагога в современном обществе / С.А. Перышкова // Экологическая педагогика: проблемы и перспективы в свете развития технологий Индустрии 4.0: сборник материалов Международной научной школы, организованной при финансовой поддержке Администрации Тамбовской области. – Мичуринск: Издательство Мичуринского ГАУ, 2017. – С. 290 - 295.
6. Перышкова С.А. Психолого-педагогическое сопровождение младших школьников с трудностями в обучении / А.Ю. Шипилина, С.А. Перышкова // Актуальные проблемы образования и воспитания: интеграция теории и практики: сборник материалов Национальной контент-платформы (12 декабря 2019 г.) / под общ. Ред. Г.В. Коротковой. – Мичуринск: Изд-во Мичуринского ГАУ, 2019. – с. 153-156.
7. Судакова М.В. Современные способы организации нравственного

воспитания обучающихся в процессе учебной деятельности / М.В. Судакова. –
Молодежь: свобода и ответственность: материалы VI Владимирских духовно-
образовательных чтений. – 2019. – С.77-80

ADVERSE EMOTIONAL STATES IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

Khabarova Anastasia Anatolyevna,

the student of a magistracy

Pyoryshkova Svetlana Alekseyevna,

candidate of psychological Sciences

docent of pedagogics and psychology chair

Michurinsk state agricultural University,

Michurinsk, Russian Federation

Annotation. The article deals with the features of emotional development of primary school children. The problem of unfavorable emotional States of a younger schoolboy is highlighted.

Keywords: emotional sphere, adverse emotional States, emotional well-being, psychological health.