

воспитанником профессиональной замещающей семьи, что в конечном итоге, является целью замещающей семейной заботы.

1. Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби. – М. : Гардарики, 2003. – 287 с.
2. Маслоу, А. Мотивация и личность. – 3-е изд. / А. Маслоу. – СПб. : Питер, 2003. – 352 с.
3. Ослон, В. Н. Жизнеустройство детей-сирот: профессиональная замещающая семья / В. Н. Ослон. – М. : Генезис, 2006. – 368 с.
4. Позднякова, Ю. В. Понятие «замещающая семья» в России: сущность и содержание / Ю. В. Позднякова // Вестник Университета Российской академии образования. – 2011. – № 5(58). – С. 83–84.

## **КОРРЕКЦИЯ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Рогачова О. В.**

*кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры педагогики социокультурной деятельности Белорусского государственного университета культуры и искусств  
(г. Минск)*

***Аннотация.** Статья посвящена вопросам педагогической коррекции негативных эмоциональных состояний, возникающих у детей младшего школьного возраста. В частности, речь идет о страхах и повышенной тревожности. В статье представлена методика коррекции подобных состояний младших школьников в процессе досуговой деятельности; дается описание целей и задач каждого этапа реализации методики, примеры игр и упражнений.*

***Summary.** The article is devoted to questions of pedagogical correction of negative emotional states that may be diagnosed in children of primary school age. In particular, this is about fears and heightened anxiety. The article presents a method for correction of such states of children of primary school age in the course of their leisure activities; a description of the goals and objectives of each stage of the procedure, examples of games and exercises.*

В процессе развития личности одним из важнейших направлений является формирование эмоциональной сферы. Эмоции, с одной стороны, являются «индикатором» состояния ребенка, с другой – сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений [5]. Одной из проблем, возникающих на пути гармоничного развития, является несформированность или дисгармоничность эмоциональной сферы ребенка, которая проявляется в преобладании неадекватных эмоциональных реакций. В связи с этим приобретает особую значимость проблема педагогической коррекции негативных эмоциональных состояний средствами досуговой деятельности.

Принимая во внимание всю сложность работы с таким тонким материалом, как эмоции и чувства, специалистами разных профилей и отраслей знания создаются и совершенствуются различные приемы и средства, направленные на «активизацию эмоциональной сферы, ее своеобразное «закаливание» и тонизирование и обеспечивающие протекание эмоциональных реакций в заданном русле» [3, с. 131]. Однако, не снижая достоинств перечисленных разработок, хотелось бы отметить, что

большинство из них нацелены, прежде всего, на более полное эмоциональное развитие детей или же коррекцию уже имеющихся серьезных нервно-психических и эмоционально-волевых расстройств в условиях работы психологов, психотерапевтов, реже – школьных педагогов. Вместе с тем, научно доказано, что устранить некоторые отклонения в развитии, направить его в необходимое русло гораздо проще в ситуации, когда негативные явления только проявляются, когда еще не сформирован устойчивый стереотип их действия. Поэтому столь важна разработка программ, направленных на решение подобной превентивной задачи в условиях организации досуга младших школьников. В представленной психолого-педагогической литературе эти вопросы не получили широкого исследования и требуют всестороннего изучения возможностей досуговой деятельности детей в коррекции негативных эмоциональных состояний младших школьников.

В связи с этим, при разработке коррекционной программы мы исходили из необходимости использовать весь широчайший потенциал досуговой деятельности детей младшего школьного возраста. Предлагаемая программа коррекции негативных эмоциональных состояний (тревожности и страхов) базируется на игровых, ролевых, а также эмоционально-символических методах, психогимнастике и элементах сказкотерапии, которые в своей совокупности представляют логическую систему вовлечения ребенка в эмоционально насыщенное пространство, создаваемое на основе переплетающихся видов художественно-творческой деятельности.

Методологической основой для построения программы послужили теоретические концепции и подходы в изучении личности, разработанные в трудах Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, К. Роджерса, принципы эффективной коррекционной практики А.М. Прихожан, Н.Ю. Хрящевой, О.В. Хухлаевой, Т.Д. Зинкевич-Евстегнеевой.

Цель предлагаемой программы – разработка педагогических условий использования досуговой деятельности детей как эффективного средства оптимизации эмоционального самочувствия младших школьников, снижения их общей эмоциональной напряженности и сокращения проявлений негативных эмоциональных состояний, выражающихся в страхах и повышенной тревожности.

Данная коррекционная программа включает четыре основных этапа, различающихся по своим задачам, используемым методам и средствам работы, тактике поведения ведущего и по продолжительности этапа:

#### 1. Вводный или ориентировочный этап.

Основными задачами данного этапа являются: установление эмоционально-позитивного контакта с детьми; знакомство участников группы между собой и создание настроения для совместной работы;

Главным условием установления позитивных, доверительных взаимоотношений являются: установка на эмпатийное принятие ребенка, эмоциональная поддержка и готовность к сотрудничеству и совместной деятельности. Эти условия реализуются через использование принципа добровольности досуговой деятельности, предоставление инициативы и самостоятельности ребенку, свободы принятия решений о продолжении или прекращении деятельности.

Одна из важных задач первого этапа состоит в организации знакомства участников группы между собой для создания благоприятного психологического климата общения. Помимо этого, на данном этапе необходимым является сплочение детей в одну группу и формирование чувства принадлежности к группе, что реализуется при помощи упражнений такого рода, как: «Наше настроение»,

«Клубочек», «Необитаемый остров», «Мяч-улыбка» [4] и др. Указанные упражнения и игры также способствуют выражению взаимных симпатий в форме выбора предпочитаемого сверстника, что дает возможность ведущему выявить социальную позицию каждого ребенка в группе.

## 2. Этап объективирования конфликтных ситуаций и эмоциональных переживаний.

Задачами второго этапа коррекционно-развивающей программы являются: объективирование негативных тенденций личностного развития ребенка в изобразительной деятельности, в игре, в общении со сверстниками; эмоциональное отреагирование ребенком чувств, переживаний, связанных с различными травматичными для него ситуациями.

Отличие данного этапа состоит в том, что здесь превалирует общая работа всей группы – происходит объективизация чувства страха и тревоги, идет совместный поиск путей их преодоления, группа работает с наиболее часто встречающимися страхами, характерными для младшего школьного возраста и выявленными в результате предварительной диагностики.

На данном этапе широко используются методы свободного и тематического рисования, игры с цветом, а также упражнения на расслабление.

Рисование, как и игра, по словам А.И. Захарова, является не только отражением в сознании детей окружающей их социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней [1]. Через рисунки можно лучше понять интересы детей, не всегда раскрываемые переживаниями.

Коррекционный потенциал изобразительной деятельности уже на первых занятиях достаточно велик и определяется объективированием конфликтных ситуаций, а также возможностью эмоционального отреагирования чувств и переживаний, связанных с негативным опытом ребенка.

## 3. Основной или формирующий этап.

Центральное место в нашей программе занимает третий – формирующий этап, как по важности решаемых задач, так и по многообразию используемых игр и упражнений. На данный этап приходится основная смысловая нагрузка всей программы. Ведущие задачи этого этапа реализуют общие цели коррекционной работы и включают формирование адекватных способов поведения в различных ситуациях; развитие способности к познанию себя и своих возможностей, преодоление неуверенности в себе; формирование способности к произвольной регуляции эмоций; целенаправленная работа по преодолению тревожности и конкретно выявленных страхов.

На данном этапе тактика поведения ведущего определяется необходимостью реализации всего многообразия перечисленных выше задач, что находит отражение в составлении четких сценариев занятий, подборе игр и игровых упражнений, отборе средств и методов.

Именно на формирующем этапе реализуются базовые установки на уважение и принятие ребенка. Однако ребенок в силу возрастано-психологических особенностей оказывается еще не в состоянии самостоятельно разобраться в проблемной ситуации. Задача ведущего состоит в том, чтобы оказать помощь в очерчивании, объективировании проблемной ситуации, выделении основных компонентов, определении существенных для достижения цели условий.

Следует отметить, что у ребенка, как и у взрослого, по мере развития его личности, повышается способность к произвольной эмоциональной регуляции и

самоконтролю. В детском возрасте способность подчинять свою психическую жизнь ярким, живым образам фантазии является совершенно естественной, во-первых, потому, что основной тип регуляции психики у детей как раз произвольный, во-вторых, потому, что слова у ребенка еще очень близки к конкретному образу, они легко оживляют у них яркие впечатления и реальные ощущения, способные запустить естественные механизмы регуляции [2]. Например, ярко представляя что-то пугающее, можно вызвать чувство страха, при этом изменяются и движения (жесты, мимика, действия). В младшем школьном возрасте способность детей к произвольной регуляции эмоций еще плохо развита, им трудно скрыть радость, огорчение, страх, подавить раздражение. И именно этот период, когда эмоции еще непосредственны, не подчинены давлению социального окружения, является самым сензитивным с точки зрения формирования способности их понимания, принятия и полноценного выражения.

В связи с этим ребенку необходимо овладеть следующими умениями: произвольно направлять свое внимание на эмоциональные ощущения, которые он испытывает; различать и сравнивать эмоциональные ощущения, определять их характер; произвольно и подражательно «воспроизводить» или демонстрировать эмоции по заданному образцу.

Поскольку двигательные, психомоторные функции у младших школьников являются наиболее развитыми, то и формирование произвольной регуляции эмоций может опираться на двигательную активность детей и фантазию. Для этого на данном этапе предпочтительно использовать элементы психогимнастики М.И. Чистяковой. В программу вошли такие упражнения и этюды как: «Лисенок боится», «Грязь», «Страх», «Ночные звуки», «Факиры» [4] и т.д.

Основным методом работы в формировании адекватных способов поведения в конфликтных для ребенка ситуациях является моделирование конфликтной ситуации и поиск вариантов ее разрешения с демонстрацией их последствий для каждого участника трудной ситуации. Наиболее эффективным здесь является реализация принципа систематической десенсибилизации, который позволяет осуществлять постепенное движение ребенка от воображаемой игровой к реальной жизненной ситуации. Поэтому на данном этапе важным является соблюдение последовательности – сначала игры и рисунки, основанные на обсуждении общей фабулы сказки, а затем игры-драматизации («Пых», «Боюськи», «Волк-волчишка, пусти переночевать», «Маша и Миша» и т.д.).

Преодоление страхов и неадекватной повышенной тревожности достигается также благодаря рисуночным методам (изображение ребенком на рисунке ситуации противостояния и борьбы с объектом, олицетворяющим страх, в которой «страх» терпит поражение). Надо сказать, что графическое изображение страха не приводит к его усилению, а наоборот, снижает напряжение от тревожного ожидания его реализации. В рисунке страх уже во многом реализован как нечто уже происшедшее, фактически случившееся. Тем самым остается меньше недосказанного, неясного, неопределенного, и вместе с тем, это способствует снижению аффективно-травмирующего звучания страха в психике ребенка. Именно поэтому художественное творчество детей стало основой формирующего этапа.

#### 4. Обобщающе-закрепляющий этап.

Четвертый этап нашей программы – обобщающе-закрепляющий, целью которого является обеспечение обобщения сформированных на предшествующих этапах адекватных способов поведения ребенка, способов преодоления тревожности

и страхов и создание условий для их переноса в реальную жизнь.

В завершении занятий мы предлагаем проводить своеобразное подведение итогов, рефлексию того, что было на занятии для обеспечения условий плавного перехода из мира фантазии и игр в мир реальности. В конце каждого занятия также целесообразно проводить какое-либо коллективное упражнение, цель которого заключается в том, чтобы снять негативные переживания (которые могли остаться у ребенка после занятия), а также закрепление хорошего настроения в группе.

В завершение хотелось бы отметить, что преодоление негативных эмоциональных состояний не может быть ограничено только рамками специально организованной коррекционной программы. Во всех случаях, на наш взгляд, оптимальным будет введение, на первом этапе, специального блока заданий, направленных на перенос полученных умений, способов деятельности в повседневную жизнь, в деятельность всех кружков и секций досугового учреждения. И осознанная переориентация работы каждого досугового центра на полномасштабное использование потенциала досуговой деятельности в становлении и развитии личности каждого ребенка. Так как использование методов досуговой деятельности в работе по коррекции эмоциональных состояний является более эффективным, чем, например, фармакологическое лечение. Также досуговая деятельность является наиболее гуманным способом лечения, так как опирается на собственные ресурсы ребенка, позволяя ему раскрыться и актуализировать свой внутренний потенциал, выбрать наиболее оптимальные пути, средства и темпы общего развития. Нисколько не принижая значения других приемов коррекции, на наш взгляд, следует более активно использовать весь богатый потенциал досуговой деятельности в работе психологов, социальных педагогов как средства действенного личностного развития младших школьников.

1. Захаров, А. И. Как преодолеть страх у детей / А. И. Захаров. – М., 1989. – 204 с.
2. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Роспедагентство, 1996 – 374 с.
3. Рожина, Л. Н. Развитие эмоционального мира личности / Л. Н. Рогожина. – Минск : Университетское, 1999. – 272 с.
4. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. – М. : Просвещение, 1990. – 216 с.
5. Якобсон, П. М. Психология чувств и мотивации / П. М. Якобсон // Избр. психол. труды. – М. : МПСИ, Воронеж НПО «МОДЕК», 1998. – 304 с.

## **ПЕДАГАГІЧНЫЯ ЎМОВЫ ФАРМАВААННЯ НАЦЫЯНАЛЬнай САМАСВЯДОМАСЦІ ПАДЛЕТКАЎ – УДЗЕЛЬНІКАЎ АМАТАРСКІХ МАСТАЦКІХ КАЛЕКТЫВАЎ ФАЛЬКЛОРНАГА КІРУНКУ**

**Ражкова Л. Л.**

*кандыдат педагагічных навук, заг. кафедры беларускай народна-песеннай творчасці  
Беларускага дзяржаўнага ўніверсітэта культуры і мастацтваў (г. Мінск)*

*Анотацыя. В статье рассматриваются вопросы формирования национального самосознания подростков – участников художественных любительских коллективов, ориентированных на фольклор. Анализируется педагогическая и художественно-творческая*