

ОСОБЕННОСТИ НАРУШЕНИЙ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Никитина И.А., Мамонова Е.Б.

В статье анализируются нарушения эмоционально волевой сферы младших школьников, рассмотренные рядом педагогов-психологов. Раскрываются такие понятия как воля, эмоции, эмоционально волевая сфера. Так же проведено исследование, направленное на выявление нарушений эмоционально-волевой сферы младших школьников. В ходе исследования выявлены наиболее частые нарушения у испытуемых, а именно низкий уровень сформированности волевого самоконтроля, недостаточный уровень самообладания для выражения своего эмоционального состояния, при психоэмоциональном напряжении чаще используются деструктивные способы его отреагирования, низкий уровень восприятия мимических выражений базовых эмоций. На основе результатов исследования была разработана программа по оптимизации эмоционально-волевой сферы младших школьников, которая нуждается в апробации. Задачами данной программы является 1. Развить навык восприятия, дифференциации и интерпретации эмоциональных состояний. 2. Сформировать навык конструктивного снижения психоэмоционального напряжения. 3. Отработать навык выражения эмоций в соответствии с социальными нормами.

Ключевые слова: эмоционально волевая сфера, нарушения развития эмоционально волевой сферы, развитие эмоционально волевой сферы, младший школьник, воля, эмоции.

FEATURES OF VIOLATIONS OF DEVELOPMENT OF EMOTIONAL-WILLIS SPHERE OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN

Nikitina I.A., Mamonova E.B.

The article analyzes the violations of the emotionally-volitional sphere of younger schoolchildren, examined by a number of educational psychologists. Such concepts as will, emotions, emotionally volitional sphere are revealed. A study was also conducted aimed at identifying violations of the emotional-volitional sphere of younger schoolchildren. During the study, the most frequent violations in the subjects were revealed, namely a low level of volitional self-control formation, an insufficient level of self-control to express one's emotional state, with psychoemotional stress, more destructive methods of its response are used more often, a low level of perception of facial expressions of basic emotions. Based on the results of the study, a program was developed to optimize the emotional-volitional sphere of younger students, which needs to be tested. The objectives of this program is to work with identified violations in the participants of the study, namely: developing the skill of perception, differentiation and interpretation of emotional states; to form the skill of constructive reduction of psychoemotional stress; to develop the skill of expressing emotions in accordance with social norms.

Keywords: emotionally volitional sphere, disturbances in the emotionally volitional sphere, development of emotionally volitional sphere, junior schoolchild, will, emotions.

Введение

На протяжении всего обучения в школе ребенок переживает разнообразные эмоции – от радости и интереса до страха и тревоги. Преобладающие эмоциональные состояния оказывают влияние на когнитивную сферу, на поведение и возможность школьника включиться в деятельность, а так же влияют и на его успеваемость в образовательном

учреждении. Проблема неуспеваемости отдельных учащихся стояла перед школой во все времена, и педагоги решали ее в соответствии с теми социальными и образовательными ресурсами, которыми они располагали [2].

Отечественные и зарубежные психологи, такие как К.И. Изард, В.И. Лубовский, И.М. Соловьев, В.С. Мерлин, Л.В. Занков, доказали, что воля, мотив, возраст, половая принадлежность и деятельность, в которую вовлечен ребёнок оказывает большое влияние на процесс становления волевой регуляции. Эти же факторы влияют и на становление эмоциональной сферы [11].

В самом общем смысле воля рассматривается в психологии как способность человека к сознательной саморегуляции.

Л. С. Рубинштейн приводит понятие воли в общем философско-психологическом понимании и определяет её как действия, регулируемые осознанной целью и отношением к ней как к мотиву [9,12].

В психологии понятие эмоции в широком смысле рассматривается как целостная эмоциональная реакция личности, включающая не только психический компонент – переживание, но и специфические физиологические изменения в организме, сопутствующие этому переживанию и выражает эмоциональное состояние человека. В узком смысле эмоции - переживание человеком в данный момент своего отношения к чему-либо.

Эмоциональность – это совокупность свойств человека, характеризующих содержание, качество и динамику его эмоций и чувств[5].

Вместе воля и эмоции составляют эмоционально-волевую сферу и очень важен процесс её становления. Этот процесс достаточно сложный и происходит исходя как из внешних факторов, например, социальных условий, так и из внутренних – наследственности.

Ребенок в возрасте от 7 до 11 лет характеризуется впечатлительностью и высоким уровнем тревожности. Особенно при поступлении в первый класс и знакомством с новой для ребёнка социальной ситуацией. Стабильно некомфортное эмоциональное самочувствие младших школьников часто связано с недостаточной адаптацией детей к школе, повышенным и высоким уровнем тревожности в ситуациях, связанных с учебной деятельностью, личностными особенностями учащихся (неуравновешенностью, повышенной возбудимостью, напряженностью), не всегда рационально распределяемым педагогом темпом работы и интенсивностью нагрузки на уроках [7].

Д. Б. Эльконин считает, что при переходе от дошкольного к младшему школьному возрасту у ребенка происходит постепенная потеря непосредственности в социальных отношениях, прослеживается обобщение переживаний, связанных с оценкой окружающих, активно развивается самоконтроль [3,13]. В младшем школьном возрасте интенсивно развивается

эмоциональная сфера. На основе эмоциональной сферы развиваются все остальные функции, происходит интеллектуализация всех психических процессов, их осознание и произвольность. Возникает произвольное и намеренное запоминание, способность произвольно сосредоточить внимание на нужном объекте, произвольно вычленять из памяти то, что нужно для решения текущей задачи; научается выделять цель, условия и средства ее достижения, появляется способность к теоретическому мышлению [10]. В этом возрасте у ребёнка формируются важные волевые черты: самостоятельность, целеустремленность, настойчивость и т.д., а так же самооценка. Поэтому на данном этапе родителям не стоит заострять внимание только на успехах или неудачах ребёнка в школьной программе, но и обратить внимание на его психическое состояние, так как невозможно оградить детей от всех факторов, вызывающих у них негативные эмоциональные переживания.

«По имеющимся данным около 70% учащихся массовой школы нуждаются в психологической помощи и коррекции; 20% младших школьников имеют различные морфофункциональные отклонения и около 20% – отклонения психоневрологического характера» [4].

Исходя из вышеизложенного, мы пришли к выводу о необходимости психологической помощи в области формирования у школьников навыков осознанной и целенаправленной саморегуляции своих эмоциональных состояний.

Формирование навыков эмоциональной саморегуляции включает в себя развитие умения воспринимать, дифференцировать и интерпретировать эмоциональные состояния, умения снижать психоэмоциональное напряжение конструктивным способом и умения выражать эмоциональные состояния в соответствии с социальными нормами. Для формирования данных навыков младший школьный возраст является наиболее сензитивным.

Ввиду слабо выраженной позитивной возрастной динамики развития эмоционально-волевой регуляции, необходима ее активация и оптимизация посредством специальной психолого-педагогической работы.

Материалы и методы

Целью нашего исследования является выявление нарушений развития эмоционально-волевой сферы младших школьников и разработка программы оптимизации эмоционально-волевой сферы у них. Исследование осуществлялось на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Лицей № 8" г. Нижний Новгород. В нем приняли участие 48 учащихся 3-го класса, из них: 22 мальчика и 26 девочек в возрасте 9-10 лет.

В работе использовались следующие методы: Общенаучный метод: анализ научной и методической литературы, обобщение, сравнение и систематизация.

Эмпирический метод: психодиагностическое тестирование с использованием методик:

- «Эмоциональная идентификация» (Е.И.Изотовой);
- «Опросник копинг-стратегий школьного возраста» (И.М.Никольской и Р.М.Грановской);
- «Исследование волевой саморегуляции» (А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана).

Результаты исследования

Исследование проводилось по вышеописанным методикам. По результатам обследования участников были получены следующие данные: первым было проведено исследование по методике А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана, по результатам которого лишь у 33% испытуемых наблюдался высокий уровень развития общей волевой саморегуляции. Соответственно, 67% детей обладают низкой рефлексивностью и самоконтролем, а так же являются эмоционально неустойчивыми. Настойчивость в стремлении закончить начатое дело сформирована у 28% учащихся. Импульсивны и непоследовательны относительно социальных норм 72% детей. Эмоциональная неустойчивость и некорректное реагирование на конфликтные ситуации выявлено у 76% детей. Противоположные черты, такие как самообладание, произвольный контроль эмоциональных реакций и состояний свойственен лишь 24% участников.



РИСУНОК 1. ПОКАЗАТЕЛИ СФОРМИРОВАННОСТИ НАВЫКОВ ВЫРАЖЕНИЯ СВОЕГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С СОЦИАЛЬНЫМИ НОРМАМИ.

В ходе проведения методики «Опросник копинг-стратегий школьного возраста» И.М.Никольской и Р.М.Грановской мы получили следующие данные: 61% испытуемых справляется с эмоциональным напряжением, избегая какой-либо деятельности.

Для 54% детей свойственно стремление разрешить эмоциогенную ситуацию, однако, только 9% учащихся отмечает, что это помогает им справиться с переживанием.

Агрессивные реакции и невротические проявления характерны лишь для 37% испытуемых, но для данного фактора такой процент является высоким.

Наиболее высокие показатели мы можем наблюдать у таких показателей, как общение -78%, смена деятельности-72%, стремление расслабиться и отрицание показали 74% испытуемых и

70% выбрали фантазирование как наиболее подходящий способ преодоления эмоциональных переживаний.

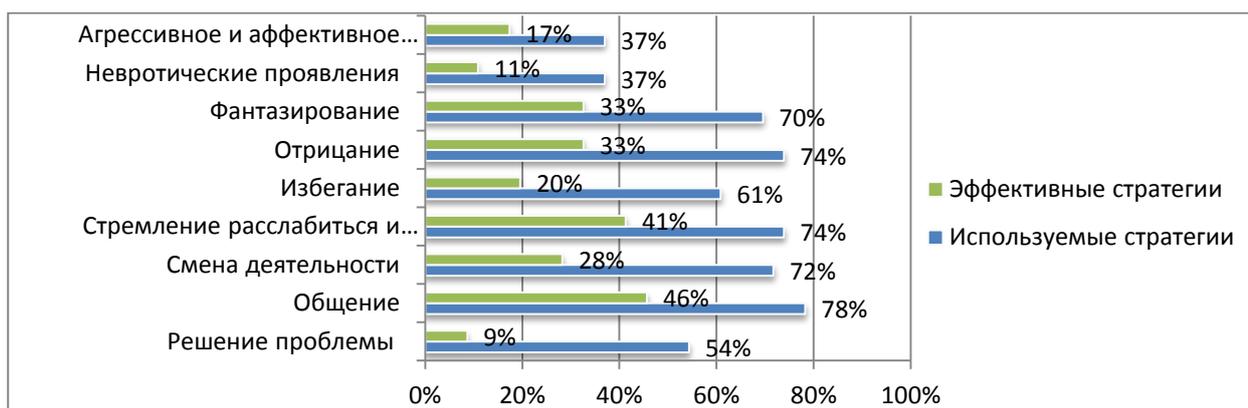


РИСУНОК 2. ПОКАЗАТЕЛИ СФОРМИРОВАННОСТИ НАВЫКА СНИЖЕНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ.

По результатам третьей диагностики, выполненной по методике «Эмоциональная идентификация» Е.И.Изотовой, было выявлено, что лишь 13% детей имеют хороший уровень восприятия и дифференциации мимических выражений десяти базовых эмоций. 53% показали средний результат и 33% младших школьников затруднялись с определением эмоциональных состояний и их вербальным обозначением. Что говорит нам о непонимании этими детьми своего эмоционального состояния и эмоций других, а так же не умении их корректировать.

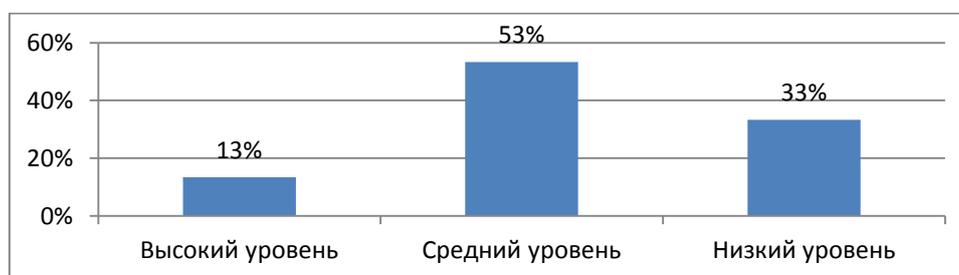


РИСУНОК 3. ПОКАЗАТЕЛИ СФОРМИРОВАННОСТИ НАВЫКОВ ВОСПРИЯТИЯ, ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ И ИНТЕРПРЕТАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ.

Таким образом, на основе обработки результатов по выбранным методикам было выявлено, что лишь у трети детей сформирован волевой самоконтроль на высоком уровне, и четверть учащихся обладает необходимым уровнем развития самообладания для саморегуляции выражения своего эмоционального состояния в соответствии с социальными нормами. Стоит отметить, что более половины младших школьников затрудняются с дифференциацией эмоциональных состояний, не могут четко обозначить их название.

В ситуациях, связанных с эмоциональным напряжением, большинство детей чаще всего стараются отреагировать на напряжение невербально, через телесный контакт, через

сокращения потока сенсорной информации и расслабления мускулатуры, переключаясь на другую деятельность, устанавливая контроль над окружающим миром в своем воображении, а также вытесняя из сознания неприятные образы. Стоит отметить, что данные способы не всегда доступны ребёнку, так как могут требовать особых условий – наличия тихого места, любимой игрушки или близкого человека и других средств для различных видов деятельности. Из-за недоступности данных факторов у некоторых детей формируются невротические или агрессивные способы разрядки.

Опираясь на результаты нашего исследования были выявлены наиболее яркие нарушения развития эмоционально-волевой сферы, а именно: неумение понимать свои чувства и эмоции и выражать их в соответствии социальным нормам; низкий уровень волевого самоконтроля; выбор деструктивных способов для разрядки психоэмоционального напряжения. У нескольких учеников данное нарушение проявлялось наиболее выражено – один ребёнок, при получении неприятной отметки, яростно сбрасывал всё со своей парты, включая вещи соседа по парте, другой ребёнок постоянно спорил с одноклассниками и, если не справлялся с оппонентом словесно, мог развязать драку. Таким образом, выявлена необходимость разработки программы по оптимизации развития эмоционально-волевой сферы и дальнейшая её апробация.

Обсуждение и заключение

Опираясь на выявленные нами в ходе исследования нарушения развития эмоционально-волевой сферы, нами была разработана программа, целью которой является формирование у детей младшего школьного возраста навыков эмоциональной саморегуляции. Так же при разработке программы были поставлены определённые задачи, а именно: 1. развить навык восприятия, дифференциации и интерпретации эмоциональных состояний. 2. Сформировать навык конструктивного снижения психоэмоционального напряжения. 3. Отработать навык выражения эмоций в соответствии с социальными нормами.

Продолжительность занятий: 15 занятий по 40 минут два раза в неделю.

Для организации занятий используется групповая форма работы. Рекомендованное количество участников 8-15 детей.

Данная программа носит компилятивный характер. С помощью мимической гимнастики, подвижных игр и игр с опорой на наглядные пособия, такие как «Гномы настроения» и «Пиктограммы основных эмоциональных состояний», представленных в программе Л.А. Снежинской, происходит освоение элементов выразительности, развитие их восприятия, интерпретации, а также дифференциации. В качестве источника представлений о конструктивных способах выражения эмоций в основной части занятий используются сказки, а так же подобраны соответствующие упражнения из программы Н.П.Слободяник «Я

учусь владеть собой» [6]. Для завершения занятия рекомендуется применить методы, изложенные в пособии Н.Л.Кряжевой «Развитие эмоционального мира детей». Данные методы направлены на снятие психоэмоционального напряжения и развития саморегуляции. Так же планируется применить упражнения из книги Ю.В.Саенко «Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями» [8], а из методических материалов Е.А.Алябьевой «Психогимнастика в начальной школе» использовать приемы психогимнастики [1, с. 88].

Структура занятий:

Вводная часть: знакомство детей с элементами выразительных движений: мимикой, жестом, позой, походкой; работа со словами, обозначающими эмоциональные состояния.

Основная часть: рассказ или сказка по теме занятия; вопросы для обсуждения; психологические игры и упражнения на закрепление навыков конструктивного выражения эмоций.

Заключительная часть: освоение упражнений на снятие психоэмоционального напряжения; рефлексия.

Данная структура позволяет реализовывать все поставленные программой задачи на каждом занятии и систематически формировать у детей навыки эмоциональной саморегуляции на всех уровнях ее проявления: эмоциональных переживаний (уровень чувствительности), эмоциональной экспрессии (степени выраженности) и эмоциональном поведении (способы реагирования).

Для подтверждения эффективности программы необходима её дальнейшая апробация.

Список использованных источников

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в начальной школе: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. М.: ТЦ Сфера. 2004. 88 с.
2. Андреева А., Данилова Е. Психолого-педагогическое сопровождение учащихся начальной школы в современных социокультурных условиях: новые проблемы и факторы риска // Вестник Мининского университета. 2016. №2 С. 2. URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/215> (дата обращения: 25.05.2020)
3. Захаров А. И. "Дневные и ночные страхи у детей". СПб.: Издательство "Союз", 2004. 448с.
4. Изард.К. Е. Психология эмоций. Изд-во Питер, 2007. 464 с.
5. Карпов Л. В. Общая психология. М.: Гардарики, 2004. 232 с

6. Крюкова С. В., Слободяник Н. П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвалюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. М: Генезис. 2002.
7. Мамонов Е., Никитина И. особенности вступления в обучение младших школьников с нарушениями эмоционально-волевой сферы // Нижегородский психологический альманах. 2019. №1 URL: <http://psykaf417.esrae.ru/ru/21-r214> (дата обращения 5.05.2020)
8. Саенко Ю. В. Техники и приемы регуляции эмоций // Вопросы психологии. 2010. №3. С. 83-93.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002. 720 с.
10. Суяргулова А. С Коррекция агрессивного поведения младших школьников средствами арт-терапии: Автореф. Глазов, 2014. 25с.
11. Чевачина А.В.¹, Курсанова А.М. Особенности развития эмоционально-волевой сферы девочек младшего школьного возраста, активно занимающихся спортом// Нижегородский психологический альманах. 2016. № 2 (4); URL: psykaf417.esrae.ru/10-97 (дата обращения: 5.05.2020)
12. Шамрей В.К., Марченко А.А.. Военная психиатрия. Под ред. В.К. Шамрея, А.А. Марченко. - СПб.: ВМедА, 2015.
13. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1989. 560 с

References

1. Alyab'eva E.A. *Psikhogimnastika v nachal'noy shkole: Metodicheskie materialy v pomoshch' psikhologam i pedagogam* [Psycho-gymnastics in elementary school: Methodological materials to help psychologists and teachers] М.: TTs Sfera. 2004. 88 s. (in Russian)
2. Andreeva A., Danilova E. *Psikhologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie uchashchikhsya nachal'noy shkoly v sovremennykh sotsiokul'turnykh usloviyakh: novye problemy i faktory riska* [Psychological and pedagogical support of elementary school students in modern sociocultural conditions: new problems and risk factors] // Vestnik Mininskogo universiteta. 2016. №2 S. 2. Available at: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/215> (accessed: 25 May 2020) (in Russian)
3. Zakharov A. I. *Dnevnye i nochnye strakhi u detey* [Day and night fears in children]. SPb.: Izdatel'stvo "Soyuz", 2004. 448s. (in Russian)
4. Izard.K. E. *Psikhologiya emotsiy* [Psychology of emotions]. Izd-vo Piter, 2007. 464 s. (in Russian)

5. Karpov L. V. *Obshchaya psikhologiya* [General psychology]. M.: Gardariki, 2004. 232 s (in Russian)
6. Kryukova S. V., Slobodyanik N. P. *Udivlyayus', zlyus', boyus', khvalyus' i raduyus'. Programmy emotsional'nogo razvitiya detey doshkol'nogo i mladshego shkol'nogo vozrasta: Prakticheskoe posobie* [I am surprised, angry, afraid, boasting and rejoicing. Programs for the emotional development of children of preschool and primary school age: A practical guide]. M: Genezis. 2002. (in Russian)
7. Mamonova E.B., Nikitina I.A. *Osobennosti vstupleniya v obuchenie mladshikh shkol'nikov s narusheniyami emotsional'no-volevoy sfery* [Features of entry into the education of primary schoolchildren with disorders of the emotional-volitional sphere] // Nizhegorodskiy psikhologicheskii al'manakh. 2019. №2 Available at: <http://psykaf417.esrae.ru/ru/21-r214> (accessed: 20 May 2020) (in Russian)
8. Saenko Yu. V. *Tekhniki i priemy regulyatsii emotsiy* [Techniques and techniques for regulating emotions] // Voprosy psikhologii. 2010. №3. s. 83-93. (in Russian)
9. Rubinshteyn S.L. *Osnovy obshchey psikhologii* [Fundamentals of general psychology]. SPb.: Piter, 2002. 720 s. (in Russian)
10. Suyargulova A. S *Korreksiya agressivnogo povedeniya mladshikh shkol'nikov sredstvami art-terapii* [Correction of aggressive behavior of younger students by art therapy]: Avtoref. Glazov, 2014. 25s. (in Russian)
11. Chevachina A.V. 1, Kursanova A.M. *Osobennosti razvitiya emotsional'no-volevoy sfery devochek mladshego shkol'nogo vozrasta, aktivno zanimayushchikhsya sportom* [Features of the development of the emotional-volitional sphere of girls of primary school age, actively involved in sports] // Nizhegorodskiy psikhologicheskii al'manakh. 2016. № 2 (4); (in Russian)
12. Shamrey V.K., Marchenko A.A.. *Voennaya psikhiatriya* [Military psychiatry]. Pod red. V.K. Shamreya, A.A. Marchenko. - SPb.: VMedA,2015. (in Russian)
13. El'konin D. B. *Izbrannye psikhologicheskie trudy* [Selected psychological works]. M.: Pedagogika, 1989. s.560 (in Russian)

Мамонова Елена Борисовна, кандидат психологических наук, доцент Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: meb800@mail.ru

Никитина Ирина Алексеевна, магистрант Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: iranik96@mail.ru

Mamonova Elena Borisovna, Ph.D. in Psychology, Associate Professor Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: meb800@mail.ru

Nikitina Irina Alekseevna, master student Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation e-mail: iranik96@mail.ru

19.00.07 Педагогическая психология