

## ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Развитие эмоционально-волевой сферы - один из важнейших компонентов психологической готовности к школе. Как известно, ребенок 6-7 лет уже умеет соподчинять мотивы, владеть своими эмоциями, старается соотносить свои действия и желания с действиями и желаниями окружающих. Особые требования к воле ребенка предъявляют ситуации, в которых сталкиваются противоположные мотивы. Самое трудное - момент выбора, когда происходит внутренняя борьба социальных норм и импульсивных желаний.

С поступлением в школу увеличивается количество требований, ожиданий, акцент делается на то, что ученик "должен", а не на то, что он "хочет". С другой стороны, первокласснику приятно быть и чувствовать себя взрослее, ответственнее, видеть, что окружающие воспринимают его как школьника. Естественно, такое положение вызывает амбивалентные переживания: это и стремление оправдать ожидания, и страх оказаться плохим учеником. Эти противоречия могут порождать фрустрацию. "Неудовлетворенные притязания вызывают отрицательные аффективные переживания только тогда, когда возникает расхождение между этими притязаниями и такими способностями ребенка, которые в состоянии обеспечить их удовлетворение. Притязания ребенка, т. е. те достижения, которых он во что бы то ни стало хочет добиться, основываются на возникшей в его предшествующем опыте определенной оценке своих возможностей, т. е. самооценке. Эта самооценка стала для него привычной, в результате чего у него возникла потребность сохранить как ее, так и основанный на ней уровень притязаний. Однако в тех случаях, когда это стремление фактически не может быть удовлетворено, возникает конфликт. Признать свою несостоятельность - значит для ребенка пойти в разрез с имеющейся у него потребностью сохранить привычную самооценку, чего он не хочет и ее может допустить". В таком случае ребенок находится в школе в ситуации неуспеха, и его реакция на неуспех носит, как правило, неадекватный характер: он или отвергает свой неуспех, или ищет причины во внешних обстоятельствах, но ни в коем случае не в себе. Мы видим, что для школьника эти реакции носят защитный характер, он не желает допустить в сознание что-либо, способное поколебать его самооценку. Поэтому, например, повышенная обидчивость как одна из форм аффективного поведения возникает в результате того, что ученик неадекватно оценивает ситуацию: он считает, что несправедливы окружающие - учитель, поставивший низкую оценку, родители, наказавшие его ни за что, одноклассники, подшучивающие над ним, и т. д.

Одним из наиболее распространенных запросов школьному психологу со стороны учителя является проблема эмоциональной неустойчивости, неуравновешенности учащихся. Педагоги не знают, как себя вести со школьниками чрезмерно упрямыми, обидчивыми, драчливыми или, например, с детьми, слишком болезненно переживающими любое замечание, плаксивыми, тревожными. Школьному психологу в таких случаях надо постараться разобраться в возможных причинах таких проявлений эмоциональных переживаний в каждой конкретной ситуации.

Условно можно выделить три наиболее выраженные группы так называемых трудных детей, имеющих проблемы в эмоциональной сфере.

*Агрессивные дети.* Безусловно, в жизни каждого ребенка бывали случаи, когда он проявлял агрессию, но, выделяя данную группу, мы обращаем внимание прежде всего на степень проявления агрессивной реакции, длительность действия и

характер возможных причин, порой неявных, вызвавших аффективное поведение.

*Эмоционально-расторможенные дети.* Относящиеся к этому типу дети на все реагируют слишком бурно: если они выражают восторг, то в результате своего экспрессивного поведения заводят весь класс; если они страдают - их плач и стоны будут слишком громкими и вызывающими.

*Слишком застенчивые, ранимые, обидчивые, робкие, тревожные дети.* Они стесняются громко и явно выражать свои эмоции, тихо переживают свои проблемы, боясь обратить на себя внимание.

Несомненно, характер проявления эмоциональных реакций связан с типом темперамента. Дети, относящиеся ко второй группе, являются скорее холериками, а представители третьей группы - меланхоликами или флегматиками.

Как уже отмечалось выше, такое деление носит достаточно умозрительный характер: на практике можно встретить школьников, сочетающих в себе как истероидные черты (которые выделены во второй группе), так и агрессивные тенденции; или детей агрессивных, но в глубине души при этом очень ранимых, робких и незащитных. Однако общим для всех намеченных групп является то, что неадекватные аффективные реакции (проявляющиеся по-разному у различных типов детей) носят защитный, компенсаторный характер.

Рассмотрим случай, описанный Э. Ле Шан: "Около меня сидел мужчина, держа на коленях маленькую хорошенькую девочку. Рядом с ним стоял мальчик, который без конца скулил. Он ныл, что хочет опять в воду, хотя весь дрожал; он канючил, чтобы отец купил ему мячик. Его ноющий голос царапал меня по нервам, и я в конце концов не выдержала. Уходя я обернулась и посмотрела на маленького нытика. Его взгляд был прикован к отцовскому колену" (*Ле Шан Э.*, 1990). Дальше автор книги делает вывод, что мальчик хотел не в бассейн, и не новую игрушку, а просто своим нытьем хотел привлечь внимание отца на себя, он хотел, как и его младшая сестра, на колени к отцу, он как бы напоминал (не сознательно, конечно), что он тоже имеет право на такую же любовь и ласку, как его сестра. Можно соглашаться или не соглашаться с такой интерпретацией данного случая, но очевидно одно, что неудовлетворенная потребность, подавляемая эмоция всегда рано или поздно выплескивается в форме неадекватной аффективной реакции. В рассмотренной ситуации мы можем лишь предполагать, почему у мальчика возникла такая потребность, его недостаточно любили в детстве, ему не доставало тепла и ласки со стороны родителей, может быть они были слишком строги с ним, и он не мог в полной мере проявить свое отношение к ним? Почему именно на эту ситуацию он так реагировал? Мы видим, что даже такая простая и привычная на первый взгляд проблема требует для разрешения ответа на многие, многие вопросы.

Школьному психологу, работающему с детьми, у которых есть трудности в развитии эмоциональной сферы, на диагностическом этапе необходимо *определить особенности семейного воспитания*, отношение окружающих к ребенку уровень его самооценки, психологический климат в классе. На этом этапе психолог использует, как правило, такие методы, как наблюдение, беседа с родителями и учителями, с самим учащимся, проективные методы. Различные диагностические приемы помогают школьному психологу выявить прежде всего возможные причины дезадаптивного поведения ребенка, характер внутренних проблем, особенности защитных механизмов. Знание особенностей семейного воспитания, влияния родителей на сына или дочь дает возможность объяснить специфику эмоциональных нарушений детей.

В психологической литературе выделяются различные типы неправильного воспитания. Остановимся на четырех, наиболее распространенных типах неправильного воспитания.

**1. Неприятие.** Оно может быть явным и неявным. Явное неприятие наблюдается, например, тогда, когда рождение ребенка было изначально нежелательным, или в случае, если планировалась девочка, а родился мальчик, т. е. когда ребенок не удовлетворяет начальные ожидания родителей. Намного сложнее обнаружить неявное неприятие. В таких семьях ребенок на первый взгляд желанен, к нему внимательно относятся, о нем заботятся, но нет душевного контакта. Причиной тому может быть чувство собственной нереализованности, например, у матери, для нее ребенок - препятствие для развития собственной карьеры, помеха, устранить которую она никогда не сможет, и вынуждена терпеть. Проецируя свои проблемы на ребенка, она создает эмоциональный вакуум вокруг него, провоцирует собственного ребенка на обратное неприятие. Как правило, в семьях, где доминируют такого рода отношения, дети становятся либо агрессивными (т. е. мы их можем отнести к первой группе выделенных форм проявлений эмоциональных нарушений), либо чересчур забитыми, замкнутыми, робкими, обидчивыми (т. е. по нашей классификации, третья группа). Неприятие порождает в ребенке чувство протеста. В характере формируются черты неустойчивости, негативизма, особенно в отношении взрослых. Неприятие приводит к неверию в свои силы, неуверенности в себе.

**2. Гиперсоциальное воспитание.** Причина его в неверной ориентации родителей. Это слишком "правильные" люди, пытающиеся педантично выполнять все рекомендации по "идеальному" воспитанию. "Надо" произведено в абсолют. Ребенок у гиперсоциальных родителей как бы запрограммирован. Он чрезмерно дисциплинирован и исполнительен. Гиперсоциальный ребенок вынужден постоянно подавлять свои эмоции, сдерживать свои желания. При таком типе воспитания возможно несколько путей развития: это может быть бурный протест, бурная агрессивная реакция, иногда и самоагрессия в результате психотравмирующей ситуации или, наоборот, замкнутость, отгороженность, эмоциональная холодность.

**3. Тревожно-мнительное воспитание.** Наблюдается в тех случаях, когда с рождением ребенка одновременно возникает неотступная тревога за него, за его здоровье и благополучие. Воспитание по этому типу нередко наблюдается в семьях с единственным ребенком, а также в семьях, где растет ослабленный или поздний ребенок. В результате ребенок тревожно воспринимает естественные трудности, с недоверием относится к окружающим. Ребенок в таком случае несамостоятелен, нерешителен, робок, обидчив, мучительно неуверен в себе.

**4. Эгоцентрический тип восприятия.** Ребенку, часто единственному, долгожданному навязывается представление о себе как о сверхценности: он кумир, "смысл жизни" родителей. При этом интересы окружающих нередко игнорируются, приносятся в жертву ребенку. В результате он не умеет понимать и принимать во внимание интересы других, не переносит дальнейших лишений, агрессивно воспринимает любые преграды. Такой ребенок расторможен, неустойчив, капризен. Его аффективные проявления очень схожи с поведением детей, относящихся ко второй группе.

Мы так подробно остановились на проблемах личностного развития в семье (рассмотрев при этом далеко не все аспекты семейных взаимоотношений), так как, на наш взгляд, семья является одним из важнейших факторов, влияющих на

эмоциональную сферу, в отличие, например, от интеллектуальной.

Однако нельзя не учитывать, что порой эмоциональный стресс у детей провоцируют педагоги, сами того не желая и не осознавая. Они требуют от своих учеников такого поведения и уровня успеваемости, которые для некоторых являются непосильными. Помните эпизод из мудрой и доброй сказки "Маленький принц": "Если я прикажу какому-нибудь генералу порхать бабочкой с цветка на цветок, или сочинить трагедию, или обернуться морской чайкой, и генерал не выполнит приказа, кто будет в этом виноват - он или я?"

- Вы, ваше величество, - ни минуты не колеблясь, ответил Маленький принц.

- Совершенно верно, - подтвердил король. - С каждого надо спрашивать то, что он может дать".

Игнорирование со стороны учителя индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка может быть причиной различного рода негативных психических состояний учащегося, вызванных неправильным отношением учителя; школьных фобий, когда ребенок боится идти в школу, отвечать у доски и т. п.

Таким образом, к основным факторам, влияющим на эмоциональные нарушения, относятся:

1) природные особенности (например, тип темперамента);

2) социальные факторы:

- тип семейного воспитания;

– отношение учителя;

### **Помощь ребенку с эмоциональными проблемами.**

Ребенок нуждается в доброжелательном и понимающем общении, играх, рисовании, прослушивании и обсуждении сказок, подвижных упражнениях, музыке. А самое главное - внимание к ребенку - помогают ему принять себя и мир, который его окружает.

Родителям необходимо обратить внимание на следующие моменты:

1. Сон:

а) как ребенок засыпает: быстро или медленно, требует ли, чтобы с ним сидели, чтобы не гасили свет и т. д.;

б) как спит: крепко, спокойно или мечется; разговаривает во сне;

в) как просыпается: сразу или нет; в каком настроении.

2. Отношение к еде: как он ест - охотно или нет, выбирает пищу или нет.

3. Бывают ли случаи проявления страха у ребенка, при каких обстоятельствах:

а) при наказании, окриках со стороны взрослых;

б) страхи не связаны с поведением взрослых.

4. Как проявляется страх.

5. Чему радуется ребенок и что вызывает у него огорчение, недовольство, обиду; какова длительность его переживаний.

6. Умеет ли ребенок выразить сочувствие своим близким.

7. Какие эмоции наиболее часто наблюдаются у него в игре, в учебной деятельности, доброжелателен ли он к своим сверстникам.

8. Отстаивает ли ребенок свои интересы и каким способом: находит аргументы, упрашивает, требует, хитрит, плачет и т. д.

9. Как реагирует на неудачи и на успех.

Безусловно, круг проблем, касающихся эмоционально-волевой сферы

ребенка, намного шире, но даже сопоставив ответы на вышеперечисленные вопросы с результатами наблюдений школьного психолога, педагогов, можно составить целостную картину аффективного развития учащегося. (Как уже отмечалось, использование проективных методов дает возможность выявить причины эмоциональных расстройств школьника.)

Общаясь с детьми, испытывающими эмоциональные затруднения, родителям и педагогам можно предложить **следующие рекомендации:**

1. Нельзя стремиться учить ребенка подавлять свои эмоции, задача взрослых в том, чтобы научить детей правильно направлять, проявлять свои чувства.

2. Эмоции возникают в процессе взаимодействия с окружающим миром. Необходимо научить ребенка адекватным формам реагирования на те или иные ситуации и явления внешней среды.

3. Не надо пытаться в процессе занятий с трудными детьми полностью оградить ребенка от отрицательных переживаний. Это невозможно в повседневной жизни, и искусственное создание "тепличных условий" лишь на время снимает проблему, а через некоторое время она встает более остро. Здесь нужно учитывать не просто модальность эмоций (отрицательные или положительные), а прежде всего их интенсивность. Важно помнить, что ребенку нужен динамизм эмоций, их разнообразие, так как избыток однотипных положительных эмоций рано или поздно вызывает скуку.

4. Чувства ребенка нельзя оценивать, невозможно требовать, чтобы ребенок не переживал того, что он переживает. Как правило, бурные аффективные реакции - это результат длительного сдерживания эмоций.

В заключение можно отметить, что не существует плохих или хороших эмоций, и взрослый во взаимодействии с ребенком должен непрерывно обращаться к доступному для ребенка уровню организации эмоциональной сферы, способствовать аффективной регуляции ребенка, оптималь