

О. В. РОГАЧЕВА

## ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФАКТОР ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Статья посвящена раскрытию потенциала досуговой деятельности детей младшего школьного возраста. Обозначены особенности формирования эмоциональной сферы в данном возрасте, в частности проявления негативных эмоциональных состояний. Показано, что одним из эффективных средств коррекции страхов и тревожности в младшем школьном возрасте является изобразительная деятельность. Представлена программа педагогической коррекции негативных эмоциональных состояний младших школьников в процессе досуговой деятельности, которая может быть использована в работе социальных педагогов, психологов и специалистов социально-культурной сферы.

Современная педагогика в значительной степени ориентирована на использование в развивающей и коррекционной работе различных видов искусства как важного средства воспитания личности ребенка, его культурного развития. В настоящее время в практической деятельности психологов и социальных педагогов широко используются возможности досуговой деятельности. Это можно объяснить ее ориентацией на здоровый образ жизни, акцентом на естественном проявлении мыслей, чувств, настроений в творчестве. Также позитивными качествами досуговой деятельности являются отсутствие давления на личность, навязывания внешних, механических средств воздействия, обращение лишь к силам и ресурсам самого человека.

В связи с этим происходит объективное расширение функционального содержания досуговой деятельности. Если исторически преимущественно выделялись базовые функции досуга – рекреационная, развлечения и развития, то сегодня, ввиду признания возрастающей роли досуга в гармонизации развития личности, ее целенаправленном приобщении к современному цивилизационному потенциалу, проявляются тенденции к постоянному уточнению содержания функций и, в зависимости от конкретной цели, увеличению их численности.

Как системное формирование досуга ребенка ориентирован на моделирование многообразных структур, форм, видов активного вовлечения в значимые для него и социума культурные программы, отражая, таким образом, полифункциональность этого феномена. Представленные в современной научной литературе подходы к выявлению функций досуга характеризуются своеобразием их рядоположенности, содержательных характеристик, логикой внутренней взаимосвязи, численностью и пр. (М. А. Ариарский, Я. Д. Григорович, А. Д. Жарков, И. Е. Романова, Ю. А. Стрельцов и др.). В русле рассматриваемой проблемы наиболее целесообразным с точки зрения обеспечения благоприятного эмоционального развития ребенка представляется выделение следующих функций детского досуга.

*Функция самореализации* предполагает стимулирование и актуализацию генетически запрограммированных задатков ребенка, а также реализацию развивающихся в процессе социализации способностей. Выступая в различных, новых для себя социальных ролях, ребенок получает возможность раскрыть свои естественные потребности в свободе и независимости, активной деятельности и самовыражении, обретая при этом оптимистическое эмоциональное состояние.

Пик творческой активности человека обычно приходится на детский возраст, поэтому следующей функцией выделяется *функция стимулирования творческого начала в ребенке*. Творческие процессы лучше всего обнаруживаются в детской игре, познании окружающего мира, присвоении детьми самых разнообразных социальных ролей и т.д. Наиболее естественно эти процессы осуществляются в досуговое время. Через механизм эмоционального восприятия и переживания дети максимально активно и полно усваивают элементы творческой деятельности, которые закрепляются в их сознании и поведении и налагают отпечаток на настоящую и всю последующую жизнь.

*Просветительская функция* предполагает расширение познавательного пространства детей, вовлечение их в эмоциональные переживания новых событий и явлений. Через досуг происходит узнавание нового в самых разнообразных областях знания: расширяется художественный кругозор, постигается процесс технического творчества, происходит знакомство с историей, повышается эффективность изучения школьных предметов, что дает возможность ребенку примерить на себя широкий спектр социальных ролей, приобрести эмоциональный опыт реагирования на те или иные ситуации. При этом эмоции выступают как проекция ядра личности, своеобразные «эмоциональные фильтры» и наделяют каждое новое знание индивидуальным эмоциональным значением.

Мировоззрение как система взглядов на объективный мир и место человека в нем, на отношение к окружающей его действительности и самому себе обусловлено той совокупностью убеждений, идеалов, ценностных ориентаций, которые отражают внутренний индивидуальный мир личности и пронизаны эмоциональными переживаниями. В зависимости от уровня развития эмоциональной сферы школьника определяется глубина освоения информации, отдается приоритет ее гуманистической содержательности, ценностным предпочтениям. Кроме того, широкий спектр направлений, видов, форм досуговых занятий позволяет интенсивно воздействовать на формирование мировоззрения школьника, воспитывать у него позитивное отношение к себе как ценности, в чем и проявляется *ценностно-мировоззренческая функция* досуговой деятельности.

Сегодня актуальной для досуговой деятельности становится задача профилактики явлений дезадаптации: работа с детьми, имеющими те или иные отклонения от нормы в развитии. Этот аспект обретает форму коррекционно-развивающей деятельности, цель которой – активизировать внутренний потенциал личности, создать для нее созвучные индивидуальному миру условия для оптимизации саморазвития и самореализации. Имея в своем распоряжении огромный спектр возможностей влияния на развитие и становление ребенка, досуг, таким образом, становится эффективным средством педагогической коррекции и дает основания выделить *коррекционную функцию*.

Рассматривая досуг как зону активного общения, удовлетворяющую потребности детей в контактах с другими людьми, правомерным будет выделение *коммуникативной функции*.

Досуг – это зона активного общения, удовлетворяющая потребности детей в контактах с другими людьми. Включаясь в разные виды досуговой деятельности, дети получают возможность оценивать себя, ориентируясь на социально приемлемые критерии и эталоны, так как самосознание социально по своему содержанию и по своей сути невозможно вне процесса общения, которое, в свою очередь, базируется на эмоциональных откликах и переживаниях. Преобладание позитивных эмоций в свободной деятельности содержит широкие возможности для расширения сфер общения и, как следствие, обогащения позитивного эмоционального опыта ребенка.

Жизнь детей в современном обществе предельно насыщена и строго регламентирована, что требует огромных физических и психических затрат. Младший школьник еще не в состоянии полностью дифференцировать свои впечатления и переживания, он открыт и незащищен перед тем потоком эмоционально окрашенной информации, которая его окружает. Это может привести к возникновению негативных эмоциональных состояний и, как следствие, к деформации в личностном развитии ребенка. На этом фоне детский досуг, осуществляющийся преимущественно на основе свободной игровой деятельности, способствует снятию создавшегося напряжения. Именно в рамках досугового времени происходит восстановление утраченных сил ребенка, снимается психическое утомление, осуществляется положительная эмоциональная подзарядка – реализуется *рекреационная функция* детского досуга.

Вышеперечисленные функции характеризуют досуг с разных сторон, представляя его как мощный стимул для творческого развития детей, расцвета их способностей, расширения диапазона интересов, гуманизации мыслей, чувств и поступков, созидательной активности. С точки зрения заявленной темы, наиболее важным нам

представляется более подробный анализ коррекционных возможностей досуговой деятельности.

Процесс личностного становления ребенка проходит через ряд возрастных кризисов, которые при неправильном к ним отношении со стороны родителей и педагогов способны неблагоприятно повлиять на его дальнейшее развитие. Одним из наиболее значимых периодов в развитии является так называемый кризис 6–7 лет, когда перед ребенком встает ряд новых задач, таких как необходимость принятия на себя новых социальных ролей, адаптация к новым условиям и требованиям. Самые серьезные нагрузки ложатся на эмоциональную сферу.

Отличительная черта данного периода состоит в том, что эмоции существенным образом влияют на познавательные процессы и поведение ребенка, определяя направленность его внимания, особенности восприятия мира и логику суждений. Несформированность эмоциональной сферы ограничивает возможности восприятия ребенком мира и отрицательно влияет на его развитие. Негативные эмоциональные состояния включают широкий спектр состояний, непосредственно влияющих на развитие личности ребенка, его поведение, взаимоотношения с родителями, учителями, сверстниками, на активность во всех сферах его жизнедеятельности. Эмоции гнева, стыда, презрения, состояния тревожности, застенчивости и др. оказывают влияние на становление самооценки ребенка, дальнейшее развитие его личности [2].

Рассматривая организацию досуговой деятельности детей как один из наиболее эффективных способов коррекции негативных эмоциональных состояний, современная наука акцентирует внимание на том, что она включает различные виды деятельности – хореографию, музыку, ролевые игры, рисование и многое другое. Нельзя забывать о том, что ведущим видом деятельности продолжает оставаться игра. Поэтому использование средств, форм и методов досуговой деятельности в коррекционной работе со страхами в младшем школьном возрасте является эффективным.

Основываясь на изложенном, нами была разработана и реализована программа педагогической коррекции негативных эмоциональных состояний младших школьников в процессе досуговой деятельности. В основу предлагаемой программы была положена изобразительная деятельность детей. Рисунок стимулирует ребенка к актуализации жизненного опыта и при квалифицированной педагогической помощи создает условия для рефлексивного осмысления. Обращение педагога через рисунок к жизненному опыту учащегося по существу выступает обращением к личности ребенка, его способности «работать» со своим опытом (в нашем случае негативным). Чтобы помочь ребенку раскрыться, педагог сам должен быть готов открыть собственный внутренний мир. Открытая позиция педагога вызывает у ребенка ответное желание раскрыться, поделиться опытом эмоционально значимых переживаний, что создает условия для диалогичности, субъект-субъектного взаимодействия. В процессе такого рода сотрудничества происходит осмысление ребенком тех ситуаций, которые вызвали у него эмоциональное напряжение; всестороннее обсуждение различных нюансов изображаемой ситуации позволяет перестраивать прежние представления в соответствии с новым видением проблемы. Также следует отметить, что графическое изображение негативных эмоций не приводит к их усилению, а наоборот, снижает напряжение от тревожного ожидания их реализации. В рисунке страхи уже во многом реализованы как нечто уже произошедшее, фактически случившееся, что способствует преодолению аффективно-травмирующего звучания в психике ребенка.

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

Целью предлагаемой программы является 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 задачам, используемым методам и средствам работы, тактике поведения ведущего и по продолжительности.

Основными задачами *вводного*, или *ориентировочного*, этапа являются установление эмоционально-позитивного контакта с детьми, знакомство участников группы между собой и создание настроения для совместной работы.

Главными условиями установления позитивных, доверительных взаимоотношений выступают 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.

Особенностью *этапа объективирования конфликтных ситуаций и эмоциональных переживаний* является превалирование общей работы всей группы – происходит объективизация чувства страха и тревоги, идет совместный поиск путей их преодоления, группа работает с наиболее часто встречающимися страхами, 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 моделированием, выражением отношения к ней [1]. Через рисунок можно лучше понять интересы детей, не всегда раскрываемые переживания.

Центральное место в 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. Именно на формирующем этапе реализуются базовые установки на уважение и принятие ребенка. Однако ребенок в силу возрастно-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 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 непроизвольный, во-вторых, потому, что слова у ребенка еще очень близки к конкретному образу, они легко оживляют 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 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.

Целями *обобщающе-закрепляющего этапа* являются обеспечение обобщения сформированных на предшествующих этапах адекватных способов поведения ребенка, преодоления тревожности и страхов и создание условий для их переноса в реальную жизнь. По окончании занятий целесообразно проводить подведение итогов, рефлекссию того, что было на занятии для обеспечения условий плавного перехода из мира фантазии и игр в мир реальности.

Реализация представленной программы позволяет отметить ее положительное влияние на изменение уровня тревожности и количества страхов у детей младшего школьного возраста. Это подтверждается как количественными показателями, так и статистическими расчетами [3].

В завершение хотелось бы отметить, что преодоление негативных эмоциональных состояний не может быть ограничено только рамками специально организованной программы. Во всех случаях, на наш взгляд, оптимальными будут введение специального блока заданий, направленных на перенос полученных умений, способов деятельности в повседневную жизнь, деятельность кружков и секций досуговых учреждений; осознанная переориентация работы досуговых центров на полномасштабное использование потенциала досуговой деятельности в становлении и развитии личности каждого ребенка. Досуговая деятельность является наиболее гуманным способом лечения, так как опирается на ресурсы ребенка, позволяя ему раскрыться и актуализировать внутренний потенциал, выбрать наиболее оптимальные пути, средства и темпы общего развития. Нисколько не принижая значение других приемов коррекции, на наш взгляд, следует более активно использовать богатый потенциал досуговой деятельности в работе психологов, социальных педагогов как средства действенного личностного развития младших школьников.

1. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. – СПб. : Союз, 2000. – 441 с. – (Психология ребенка).

2. Изотова, Е. И. Эмоциональная сфера ребенка : теория и практика : учеб. пособие / Е. И. Изотова, Е. В. Никифорова. – М. : Академия, 2004. – 283, [1] с., [16] л. ил.

3. Рогачева, О. В. Педагогическая коррекция негативных эмоциональных состояний младших школьников в процессе досуговой деятельности : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05 / О. В. Рогачева. – Минск, 2006. – 147, [5] л.

O. ROGACHOVA

#### **PEDAGOGICAL CORRECTION OF NEGATIVE EMOTIONAL STATES OF PRIMARY SCHOOLCHILDREN BY MEANS OF LEISURE ACTIVITIES**

*The article deals with the potential of recreational activities of primary schoolchildren. The peculiarities of emotional development in this age and the appearance of negative emotional states are examined. One of the most effective means of correction of fear and anxiety during early school years is drawing. The program of pedagogical correction of negative emotional states of primary schoolchildren in recreational activities, which can be used in the work of social teachers, psychologists and social and cultural sphere specialists, is presented in the article.*

Дата паступлення артыкула ў рэдакцыю: 28.03.2013.