

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ КАК ПРОФИЛАКТИКА ПОЯВЛЕНИЯ ДЕВИАЦИЙ В ПОВЕДЕНИИ ПОДРОСТКОВ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)

Артемьева Е.Н.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

Бобровская средняя общеобразовательная школа №1

г. Бобров

Аннотация: Работа над развитием эмоционального интеллекта является актуальной и необходимой в профилактике девиантного поведения детей, ее значимость и актуальность объясняется дефицитом реального общения в условиях современного общества. Именно образовательное учреждение призвано помочь детям приобрести навыки, необходимые для адаптации ребенка в социальной среде, научиться эффективной коммуникации и взаимодействию с окружающими людьми. Для выполнения этих целей используется грамотно выстроенная система воспитательного и психологического воздействия, планируемая с учетом использования передовых методов и технологий.

Мы часто слышим такие слова: эмоции, чувства, настроение. А что же это такое? Эмоции – это реакция человеческой психики на различные жизненные ситуации и поведение других людей. Человек обладает способностью чувствовать, а значит обладает эмоциональным интеллектом, который является «формой социального интеллекта, позволяющего человеку управлять своим мышлением и действиями». Уровень эмоционального интеллекта – важнейшая характеристика личности. И от этого зависит, какую жизнь проживет человек, полную напряжения, негатива, конфликтов или счастливую и радостную.

Так как одной из целей воспитания школы является формирование гармоничной личности, то это предусматривает работу педагога над развитием эмоциональной компетентности ребенка.

Актуальность данного направления возросла, так как компьютеризация жизнедеятельности человека ведет к снижению уровня реального общения. Дети не

испытывают большой потребности в совместном времяпрепровождении, что приводит к одиночеству, изолированию от реальных проблем и, как следствие, неумению взаимодействовать в социуме. А ведь именно правильно построенный процесс коммуникации и взаимодействия с окружающими людьми позволяет достичь успехов и преодолеть все трудности, встречающиеся на жизненном пути, уберечь от ошибок и проблем. Для этого нужно разбираться в причинах поступков и поведения людей, понимать их эмоции, чувствовать настроение. Обладая способностью проявлять заботу и внимание, в ответ получаешь огромный жизненный ресурс и новые возможности.

Развитие эмоциональной сферы происходит на протяжении всех лет, но возникновение подростковых эмоций вызывает больше всего вопросов и переживаний, как у родителей, так и у самих подростков. Подростковый кризис часто усугубляется низкими способностями к распознаванию своих и чужих эмоций, а также неумению их контролировать. Подростковый возраст — это промежуточный этап между детством и взрослой жизнью, характеризующийся высокой интенсивностью личностного и психического развития. Подростки реагируют на проявления окружающего мира более интенсивно, чем взрослые. Противоположные эмоциональные состояния у подростков могут быстро сменять друг друга. В подростковом возрасте процессы торможения ослабевают, а общее возбуждение нарастает. Взрослые в процессе взаимодействия с подростками отмечают повышение агрессивности, вспыльчивости и ранимости детей, поэтому надо как можно раньше начинать работу над развитием эмоционально-волевой сферы. Ведь высокий уровень самоконтроля — это показатель уровня развития эмоционального интеллекта. Работа в данном направлении является профилактикой появления девиантных форм поведения.

Для того, чтобы цели и задачи были достигнуты, необходимо данной проблемой заниматься регулярно и планомерно. Хочу подчеркнуть, что чем раньше начать действовать, тем эффективнее будет результат.

Уже с 1 класса начиная проводить адаптационные занятия, я знакоблю детей с миром эмоций, мы учимся контактировать друг с другом, избегая конфликтов и

ссор, учимся пониманию и доброте, проговариваем свои чувства и пытаемся характеризовать чувства других людей.

Затем работаю по программе развития эмоционального интеллекта «Что такое настроение». Программа имеет как профилактическую, так и коррекционно-развивающую тематику. Первое занятие «Давайте дружить», предусматривает знакомство детей друг с другом, формирование дружеских связей, а также диагностирование личностных поведенческих особенностей детей методом наблюдения. Делаю выводы по итогам и, при необходимости, корректирую программу занятий.

На последующих встречах продолжается работа по развитию эмоциональной компетентности и улучшению общего психоэмоционального состояния.

И, как продолжение к данной программе, я использую блокнот «Мое настроение». Он используется для индивидуальной работы с ребенком и пополняется материалами в течение того времени, сколько посещает ребенок занятия. В блокноте учащийся выполняет диагностические тесты и различные задания коррекционно - развивающего характера.

Значимость программы в том, что она предназначена для детей различных категорий: детей - мигрантов, из неблагополучных семей, находящихся под опекой, состоящих на профилактическом учете, из спортивных классов, детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Основным направлением в программе является арт-терапия. На занятиях через творчество дети учатся справляться с негативными эмоциями, преодолевать стресс, находить решение нестандартных задач.

Применяю следующие технологии:

- здоровьесберегающие;
- информационно-коммуникационные;
- личностно-ориентированные.

В своей профилактической и коррекционно - развивающей работе применяю методы с использованием изобразительных средств, музыки, релаксации, игры, цвета, художественных литературных произведений, кинезиологии, форсайт-технологии.

Пользуюсь диагностическими и коррекционно-развивающими методиками на изучение и коррекцию эмоциональной сферы обучающихся: «Склонность к немотивированной тревожности»; «Склонность к аффективным состояниям»; выявление тревожности: «Незаконченные предложения»; «Методика диагностики детских страхов»; «Шкала самооценки депрессии»; «Ваш ребенок болен неврозом или заболеет, если...»; выявление агрессии; определение нервно-психической устойчивости, риска дезадаптации в стрессе («Прогноз»); диагностику эмоций (САН); проективные методики: «Несуществующее животное», «Дом моей мечты», «Моя семья». Также в процессе работы использую методики, входящие в реестр рекомендуемых психодиагностических методик для применения в общеобразовательных организациях с целью обследования когнитивной, коммуникативной, мотивационной, личностной сферы обучающихся.

В программу включаю универсальные упражнения, которые можно с дополнениями и усложнениями использовать в любом возрастном периоде. Это такие как, например, «Конверты радости и огорчения», выполняя которые дети анализируют свои эмоции. В дальнейшем со старшими детьми я планирую мероприятия, направленные на укрепление эмоционального иммунитета и стойкости, в которых использую различные упражнения и методики. Это, например, упражнение «Трудный разговор» (с целью приобретения навыков ведения трудных диалогов, умения правильно выражать негативные чувства); методика «Закончите предложения»: «Счастливее всего я себя чувствую когда...», «Я горжусь собой за то, что...» (с целью развития понимания чувств в различных ситуациях).

Ввожу правила общения с ребенком:

- рассматриваю эмоции детей как возможность коммуникации с ними. Наблюдаю за их чувствами и пробую вместе обсуждать их;
- наблюдаю за выражением эмоции детей. Говорю, что понимаю их чувства, проявляю поддержку;
- помогаю детям выражать свои эмоции словесно: внимательно выслушаю, что описывает ребенок, даю ему подсказку в том, как охарактеризовать его чувства, объяснить, что это такое и как может проявляться;

- помню, что любые эмоции допустимы, но не каждое поведение должно быть приемлемым. Помогаю ребенку справляться с его чувствами самостоятельно, учу его вести себя таким образом, чтобы он не навредил себе или окружающим — например, используя ограничения и заранее обговорив, что можно делать при ощущении определенного чувства, а что — нельзя.

В старших классах, в ролевых играх «Взрослый-ребенок», данные правила применяются самими учениками, т. е. разыгрывается проблемная ситуация, и ученик в роли взрослого общается с ребенком, соблюдая все пункты и подбирая необходимые слова в соответствии с правилами. В процессе сюжетно-ролевой игры на карточке пишется ситуация, и дети разыгрывают диалог. При возникновении затруднений учащиеся, выступающие в роли экспертов, помогают решить проблему по мере необходимости.

Стараюсь старших школьников привлекать в качестве помощников в проведении занятий с младшими школьниками. Это способствует установлению взаимопонимания между детьми разных возрастных групп. Это также помогает привлечению учащихся в педагогический класс в школе.

Таким образом, развитие эмоциональной сферы является одним из важнейших направлений по профилактике девиаций в поведении детей. Плановость и системность проведения занятий в данном направлении, опора на особенности возрастных категорий детей и взаимодействие с семьями учащихся обеспечивает ее эффективность и результативность.

Литература

- 1.Асмолов А.Г. Психология личности: учебник. М.: Изд-во МГУ, 1990, 367 с.
- 2.Вилюнас В.К. Психология эмоций. Хрестоматия по общей психологии -Изд-во «Питер» , 2007. 496 с.
- 3.Александрова Е.А., Кузнецова К.С. Как формировать эмоциональный интеллект школьника – Москва: Сентябрь, 2018. 160 с.