

## ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЕНКА КАК КРИТЕРИЙ АДАПТАЦИИ К НОВЫМ СОЦИАЛЬНЫМ УСЛОВИЯМ

Бусловская Л.К.<sup>1</sup>, Ковтуненко А.Ю.<sup>1</sup>, Рыжкова Ю.П.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ФГАОУ Белгородский ВО «Государственный национальный исследовательский университет», Белгород, e-mail: buslovskaya@bsu.edu.ru

Проблема адаптации младших школьников к обучению в школе является важной как с позиции эффективности образовательного процесса, так и с позиции укрепления здоровья первоклассников. Эмоциональный фон ребенка служит важным признаком, отражающим ход и успешность адаптации, наличие дезадаптивных состояний. Целями исследования являлись изучение эмоционального состояния младших школьников с нормальным речевым развитием и детей с речевыми патологиями в процессе адаптации к обучению в школе и оценка эффективности психолого-педагогических мероприятий по психологической коррекции эмоционального напряжения. Оценка речевого развития проводили по методике Т.А. Фотековой, отношение к школе и эмоциональный фон определяли по тесту О.А. Ореховой. Диагностику умственной работоспособности проводили по корректурной пробе Анфимова, функционального состояния центральной нервной системы – методом оценки параметров зрительно-моторных реакций. Выявлено, что у 25% детей с речевой патологией преобладает негативное эмоциональное состояние. Устойчивость зрительно-моторной реакции, отражающая функциональное состояние нервной системы, у первоклассников с нарушениями речи значительно хуже, имеются дисбаланс процессов возбуждения и торможения, эмоциональное напряжение и утомление. Анализ результатов диагностики умственной и физической работоспособности показал, что от 50% до 76% всех детей имели низкие показатели, которые свидетельствуют о необходимости оптимизации учебной деятельности обучающихся и строгого соблюдения режима дня. Для изучения возможностей нормализации функционального и психоэмоционального состояния первоклассников была сформирована группа детей с признаками дезадаптации, среди которых 60% имели речевые патологии. В результате реализации программы психолого-педагогического сопровождения детей, в которую вошли мероприятия по стимулированию двигательной активности и психологической коррекции эмоционального напряжения, на 25% увеличилось количество детей с положительными эмоциями и нормальным эмоциональным состоянием. У 33% детей повысились устойчивость нервной системы и уровень ее функциональных возможностей. Проведенная работа способствовала общей нормализации психических функций и повышению работоспособности первоклассников.

Ключевые слова: эмоциональное состояние, двигательная активность, младшие школьники, функциональные возможности организма.

## CHILD'S EMOTIONAL STATE AS A CRITERION FOR ADAPTATION TO NEW SOCIAL CONDITIONS

Buslovskaya L.K.<sup>1</sup>, Kovtunencko A.Y.<sup>1</sup>, Ryzhkova Y.P.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education «Belgorod National Research University, Belgorod, e-mail: buslovskaya@bsu.edu.ru

The problem of adaptation of primary schoolchildren to schooling is important both from the standpoint of the effectiveness of the educational process and strengthening the health of first-graders. The emotional background of the child is an important sign reflecting the course and success of adaptation, the presence of maladaptive states. The aim of the study was to study the emotional state of primary schoolchildren with normal speech development and speech pathologies in the process of adapting to school and to assess the effectiveness of psychological and pedagogical measures for the psychological correction of emotional stress. The assessment of speech development was carried out according to the method of T.A. Fotekova, attitude to school and emotional background - according to the test of O.A. Nut. Diagnostics of mental performance was carried out according to Anfimov's correction test, the functional state of the central nervous system by the method of assessing the parameters of visual-motor reactions. It was revealed that in 25% of children with speech pathology, a negative emotional state prevails. The stability of the visual-motor reaction, reflecting the functional state of the nervous system, in first-graders with speech disorders is much worse, there is an imbalance in the processes of excitation and inhibition, emotional stress and fatigue. The analysis of the results of diagnostics of mental and physical performance showed that from 50 to 76% of all children had low indicators, which indicate the need to optimize the educational activities of students and strict adherence to the daily routine. To study the possibilities of normalizing the functional and psycho-emotional state of first-graders, a group of children with signs of

maladjustment was formed, among whom 60% had speech pathologies. As a result of the implementation of the program of psychological and pedagogical support of children, which included measures to stimulate physical activity and psychological correction of emotional stress, the number of children with positive emotions and a normal emotional state increased by 25%. In 33% of children, the stability of the nervous system and the level of its functional capabilities increased. The work carried out contributed to the general normalization of mental functions and to an increase in the working capacity of first graders.

Keywords: emotional state, physical activity, junior schoolchildren, functional capabilities of the organism.

Важным критерием физического и психического здоровья ребенка является его эмоциональное состояние. По мнению О.В. Липуновой и иных, эмоции – это субъективные носители мотивации поведения, благодаря которым у детей происходит психическая регуляция общей динамики поведения [1].

Согласно информационной теории эмоций П.В. Симонова, которая завоевала наибольшую популярность, эмоции являются неотъемлемой частью реализации функциональной системы, а именно связаны с недостатком или избытком информации, необходимой для удовлетворения потребности. Значимая потребность и дефицит информации обуславливают эмоциональное напряжение. Взаимодействие ребенка с окружающим миром, адекватность эмоционального отражения действительности и успешность социализации в целом во многом определяются его эмоциональной устойчивостью. Нарушение привычных условий жизни ребенка может привести к появлению аффективных реакций, неудовлетворение новых потребностей способно вызывать эмоциональную нестабильность.

Эмоциональные проявления у детей связаны с гендерной принадлежностью. У мальчиков и девочек эмоциональные проявления различаются уже с трехлетнего возраста. В.Д. Еремеева, Т.П. Хризман утверждали, что мальчики в большей степени проявляют эмоции, связанные с соперничеством, соревнованиями, для них важна победа в играх, конкурсах, им свойственен страх поражения. Для девочек характерна игра в группе, в ходе которой они демонстрируют заботу, сопереживание, характер такой игры спокойнее, имеет элементы эстетического отражения действительности, носит природосообразную направленность [2].

Эмоциональные проявления у мальчиков и девочек также различны. Мальчикам свойственны избирательность, яркость проявления, скоротечность эмоций. Эмоциональное напряжение у мальчиков быстро проходит, они включаются в социальную действительность и в деятельность.

У девочек в эмоциональной среде значительно возрастает общая активность, стимулируется деятельность коры головного мозга и таким способом формируется готовность встретить неприятную ситуацию.

Неполное становление функциональных систем, созревание и совершенствование нервной деятельности обуславливают возможность отклонений в эмоциональном развитии, что влечет за собой трудности в социализации, учебной деятельности [3, 4].

Эмоциональное состояние является внешним фактором, отражающим ход и напряжение адаптационных механизмов при переходе к новым социальным условиям. Диагностика эмоционального состояния может являться критерием успешности адаптации к новым условиям среды, а также позволять диагностировать эффективность психолого-педагогических мероприятий для профилактики дезадаптивных состояний.

Цели исследования: изучение эмоционального состояния младших школьников с нормальным речевым развитием и детей с речевой патологией в процессе адаптации к обучению в школе и оценка эффективности психолого-педагогических мероприятий по повышению двигательной активности в его коррекции.

Задачи исследования

1. Провести диагностику психоэмоционального состояния детей с нормальным речевым развитием и с нарушениями речи в процессе адаптации к обучению в школе.
2. Оценить функциональные возможности нервной системы и работоспособность у детей с нормальным речевым развитием и с нарушениями речи.
4. Оценить влияние двигательной активности на эмоциональное состояние и отношение к учебе.

**Методика.** Экспериментальная часть работы была проведена на базе МБОУ Лицей № 10 г. Белгорода. В исследовании приняли участие 200 обучающихся первого и второго классов начальной школы, среди них 100 мальчиков и 100 девочек, сформированных в группы детей с нормальным речевым развитием и с нарушениями речи. Оценку речевого развития проводили по тестовой методике диагностики устной речи Т.А. Фотековой, отношение к школе и эмоциональный фон определяли по тесту О.А. Ореховой. Диагностику умственной работоспособности проводили по корректурной пробе Анфимова, функционального состояния центральной нервной системы – методом оценки параметров зрительно-моторных реакций.

**Результаты исследования.** В ходе диагностики эмоционального состояния младших школьников нами были изучены преобладающее настроение, отношение к учебе, учебным предметам, учителям, одноклассникам, сверстникам. Было выявлено, что в группе детей с речевой патологией преобладает негативное эмоциональное состояние, для этих школьников характерно превышение отрицательных эмоций, связанных с посещением школы, контактами с одноклассниками, учителями. В целом сниженный эмоциональный фон наблюдался у 25% младших школьников с нарушением речи. В зарубежных и отечественных

исследованиях было показано, что до 75% школьников с речевой патологией находятся в состоянии психоэмоционального стресса [5, 6].

Известно, что эмоциональное состояние ребенка рассматривается как основа взаимосвязей с окружающим миром, основа формирования познавательной деятельности и эмоционально-волевой сферы. Положительные эмоции оказывают активизирующее влияние на кору больших полушарий головного мозга, стимулируют деятельность организма и всех его функций, способствуя нормальному физическому и психическому развитию [7].

В наших исследованиях были изучены показатели, отражающие функциональное состояние ЦНС. В качестве интегрального показателя функционального состояния нервной системы младших школьников применяется метод диагностики зрительно-моторных реакций, который отражает динамику скорости нервных процессов, их лабильность, общий уровень работоспособности и активности ЦНС. В исследованиях было установлено, что устойчивость реакции, которая обеспечивает стабильное состояние нервной системы, у первоклассников с нарушениями речи хуже. Ниже физиологической нормы оказался у таких детей и уровень функциональных возможностей нервной системы, что не позволяет им достаточно долго удерживать стабильное функциональное состояние и может свидетельствовать об утомлении и эмоциональном напряжении.

Младший школьный возраст — это период активного роста и развития, поэтому он наиболее благоприятен для развития физических способностей. В этот период происходит созревание физиологических механизмов обеспечения мышечной работы, в 10–11 лет дети способны выполнять несколько циклов физических упражнений умеренной и высокой мощности. Необходимо учитывать высокую лабильность нервных процессов и эмоциональную нестабильность детей при недостаточной сформированности свойств мышц, неустойчивую работоспособность и быструю утомляемость. В исследованиях было показано, что дети с низким уровнем функциональных возможностей предрасположены к быстрому развитию признаков утомления [8].

С функциональной зрелостью коры и подкорковых структур коррелирует уровень работоспособности организма, который является интегральным показателем функционального состояния организма и его изменений [9]. В наших исследованиях у первоклассников с нарушениями речи был установлен низкий уровень умственной продуктивности, скорости переработки информации, что может указывать на инертность нервной системы и стать причиной неуспеваемости в школе.

Уровень умственной и физической работоспособности является важным показателем функционального состояния организма ребенка. Уровень работоспособности отражает соблюдение гигиенических требований по нормированию учебной нагрузки, построению

режима труда и отдыха, рациональной организации учебного процесса, свидетельствует о соответствии условий жизнедеятельности возрастным анатомо-физиологическим особенностям. Утомление является нормальным физиологическим механизмом, защищающим организм от чрезмерной нагрузки, развития переутомления; в ходе развития данной защитной реакции стимулируются восстановительные процессы, повышаются адаптационные резервы. В литературе имеются данные о том, что в период начала обучения в школе детям свойственны низкая и неустойчивая работоспособность, выраженное нервно-эмоциональное напряжение и быстрое развитие утомления, что, несомненно, влияет на адаптацию [10].

Анализ результатов, полученных в исследованиях первоклассников, показал, что от 50% до 76% всех детей имели низкую работоспособность, что свидетельствует о необходимости оптимизации учебной деятельности и строгого соблюдения режима дня.

Хорошо известно, что эмоциональное состояние детей улучшается под влиянием двигательной активности. Под воздействием импульсов от работающих мышц происходит усиление обмена веществ и энергии в центральной нервной системе, активизируется деятельность коры больших полушарий головного мозга, стимулируется развитие психических процессов.

Двигательная активность является залогом развития растущего организма, правильного формирования и развития органов и систем. Движения обуславливают становление и развитие функциональных систем, оказывают на них тренирующее влияние, что обеспечивает адаптацию к постоянно изменяющимся условиям среды. В ходе двигательной активности нормализуется и улучшается работа сердечно-сосудистой, нервной, дыхательной систем, укрепляется мышечная система, правильно развивается скелет. Физическая активность способствует повышению естественной резистентности организма, мобилизации защитных сил организма, укреплению иммунитета. Активные движения стимулируют работу системы подкрепления лимбической системы мозга, что сопровождается подъемом эмоционального фона, настроения, как следствие, повышается умственная и физическая работоспособность. Специально организованная система физической активности является эффективным педагогическим условием формирования нравственных качеств личности, развития воли, целеустремленности, ответственности, умственных способностей. Гиподинамия служит неблагоприятным фактором, вызывающим нарушения процессов роста и развития организма, работы сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем, при ней нарушаются обменные процессы, происходит снижение эмоционального фона.

Для растущего организма характерна повышенная потребность в энергообеспечении процессов роста и развития, восстановление потраченной энергии происходит со значительным превышением израсходованного уровня. Именно поэтому в результате развивается мышечная масса, создаются предпосылки к выполнению физических нагрузок.

В литературе имеются данные о том, что существует прямая зависимость между уровнем двигательной активности и развитием речи и мышления. Детям с речевыми патологиями присущи общая соматическая слабость, отставание в развитии двигательной сферы, недоразвитие мелкой моторики, неуверенность в выполнении сложнокоординированных движений [11, 12].

По последним данным (И.В. Демидова, 2020), у детей с недостатком движений оказались хуже развиты такие двигательные качества, как гибкость и быстрота, особенно в группе детей с нарушениями речи. Силовые и особенно статические упражнения вызывают быстрое утомление, поэтому рекомендуются кратковременные скоростно-силовые упражнения динамического характера [13].

Недостатки психомоторики и нарушения речи негативно сказываются на общей активности ребенка, на характере его общения и двигательного поведения, на возможности осуществления деятельности, требующей определенного уровня развития моторных и речемыслительных действий, наконец, на становлении сознания и формировании личности [14, 15].

Как известно, любая форма дизонтогенеза непременно сопровождается дисфункцией тех или иных параметров психической деятельности, поэтому при работе с детьми возникает ряд трудностей, вызванных особенностями состояния эмоционально-волевой сферы. От того, насколько полноценно сформированы эмоциональные механизмы, зависят формирование личности и адекватность поведения ребенка.

Для изучения возможностей нормализации психоэмоционального состояния первоклассников в начале учебного года была сформирована группа детей с признаками дезадаптации. Сниженный адаптационный потенциал отмечался у 22% школьников, из них 60% имели речевые патологии. Напряжение адаптационных механизмов сопряжено с использованием функциональных резервов организма. Было установлено, что у большинства детей группы преобладали отрицательные эмоции и переживания, негативное отношение к школе, к процессу обучения и непринятие школьного окружения.

Для группы дезадаптации была разработана и реализована программа психолого-педагогического сопровождения, основными задачами которой были улучшение функционального состояния организма детей и создание психологического комфорта. Программа включала мероприятия по стимулированию двигательной активности:

дополнительные занятия физическими упражнениями и подвижные игры на свежем воздухе; психологическую коррекцию эмоционального напряжения: психологические тренинги, арт-терапевтические и логопедические занятия.

Так как двигательная активность для детей с ограниченными возможностями здоровья является одним из ведущих направлений их развития, а в условиях школы потребность детей в движениях не удовлетворяется в полном объеме, ежедневно дополнительно проводили подвижные игры и физические упражнения на свежем воздухе по 45 мин.

Для смягчения эффекта дезадаптации у детей была организована групповая тренинговая работа по снятию эмоционального напряжения, уменьшению тревожности, развитию коммуникативности, формированию элементарных навыков саморегуляции, улучшению взаимопонимания между детьми и сплочению классного коллектива, всего 8 занятий по два тридцатиминутных тренинга в неделю.

Арт-терапевтические занятия, всего 8 по два занятия в неделю, были направлены на развитие у детей методами художественного творчества мелкой моторики, способности к выражению себя и своих чувств, к взаимодействию друг с другом, к формированию представлений о самом себе. В тематике были представлены занятия по изотерапии: рисованию и лепке, музыкотерапии, сказкотерапии и игровой терапии. Преимуществом данных занятий для детей с признаками дезадаптации является то, что арт-терапевтические методики позволяют в символической форме воссоздавать и разрешать травмирующую детскую душу ситуацию, преодолевать страхи, тревожность, плохое настроение. При этом наиболее эффективны для этих целей невербальные средства.

Для детей с нарушениями речи организовали и провели дополнительные индивидуальные коррекционно-развивающие занятия с использованием логопедических игровых методик в соответствии с особенностями нарушений и планами логопедической работы.

По окончании эксперимента было выяснено, что у детей под воздействием двигательной активности и проведенных мероприятий улучшились настроение и отношение к школьной среде, к своим одноклассникам, к учителям, они охотнее посещали школу. На 25% увеличилось количество детей с положительными эмоциями и нормальным психоэмоциональным состоянием. У 33% детей повысилась устойчивость нервной системы и уровень ее функциональных возможностей. Двигательная активность способствовала и общей нормализации функционального состояния организма, что отразилось на работоспособности, которая увеличилась у 19% детей.

**Заключение.** Эмоциональное состояние служит индикатором физического и психического благополучия ребенка, оказывает серьезное влияние на усвоение знаний и

результаты мыслительной деятельности. Положительные эмоции благотворно влияют на общее состояние организма и успехи в учебе, отрицательные снижают способность к запоминанию, к обучению и могут свидетельствовать о напряженности адаптационных механизмов. Для первоклассников в процессе их приспособления к новым социальным условиям это особенно важно.

Исследования показали, что у детей с нарушениями речи эмоциональное состояние гораздо хуже, чем у их сверстников с нормальным речевым развитием. Им свойственны преобладание отрицательных эмоций, неприятные переживания и плохое настроение, при этом среди второклассников детей с таким эмоциональным состоянием оказалось меньше. Отношение к учителям, сверстникам, одноклассникам и учебе у детей с нарушениями речи в большинстве случаев также отрицательное, что выражается в нежелании ходить в школу, общаться со своими сверстниками и учителями.

В результате реализации программы психолого-педагогического сопровождения детей с признаками дезадаптации у первоклассников улучшились настроение и отношение к школьной среде, к своим одноклассникам, к учителям, они охотнее стали посещать школу. На 25% увеличилось количество детей с положительными эмоциями и нормальным психоэмоциональным состоянием. У 33% детей повысилась устойчивость нервной системы и уровень ее функциональных возможностей. Мероприятия по повышению двигательной активности и психологической коррекции эмоционального напряжения способствовали общей нормализации функционального состояния организма детей, что отразилось на их работоспособности.

*Статья выполнена при поддержке гранта РФФИ №19-013-00173.*

### **Список литературы**

1. Липунова О.В. Эмоции, поведение и личность как психологическая проблема // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 6. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=15507> (дата обращения: 15.11.2020).
2. Еремеева В.Д. О теории и практике дифференцированного обучения (методологические функции нейропсихологии в совершенствовании педагогической практики) // Психология обучения. 2011. № 1. С. 89.
3. Судаков К.В. Эмоции в системной организации поведенческих актов // Успехи современной биологии. 2011. Т. 131. № 6. С. 548-562.



4. Рождествин А.В., Сварник О.Е., Гринченко Ю.В., Александров Ю.И. Закономерности актуализации элементов индивидуального опыта разной степени дифференцированности в процессе организации поведения // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 3. С. 67-72.
5. Захарова Т.В., Моисеева А.А. Интеграция образовательных областей при формировании социальных эмоций у детей дошкольного возраста с нарушениями речи // Казанская наука. 2017. № 11. С. 161-164.
6. Beita-Ell C., Boyle M.P. School-based speech-language pathologists' perceived self-efficacy in conducting multidimensional treatment with children who stutter. *Language, Speech, and Hearing Services in Schools*. 2020. Vol. 51 (4). P. 1172-1186.
7. Коровина И.А. Методика коррекции основных двигательных действий у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Волгоград, 2010. 24 с.
8. Салихова Е.В. Использование подвижных игр в развитии физических качеств детей с ОВЗ (нарушениями речи): сборник статей Международного научно-методического конкурса: в 2 частях. МЦНП «Новая наука». 2019. С. 809-820.
9. Семенова О.А., Мачинская Р.И. Нейропсихологический и нейрофизиологический анализ возрастных преобразований познавательных функций и рисков учебной дезадаптации в предшкольном возрасте // Новые исследования. 2012. № 1 (30). С. 45-73.
10. Хаджинова Е.П., Бусловская Л.К. Эмоциональное состояние, особенности внимания и антистрессорные реакции у первоклассников с разными типами профиля латеральной организации мозга // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: естественные науки. 2012. № 15 (134). С. 103-110.
11. Филичева Т.Б., Туманова Т.В., Чиркина Г.В. Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи: программно-методические рекомендации. М: Дрофа, 2010. 189 с.
12. Кирпиченкова Т.А., Бартош В.В. Современные аспекты психолого-педагогической диагностики детей старшего дошкольного возраста в условиях учреждений компенсирующего вида // Здоровоохранение, образование и безопасность. 2017. № 3 (11). С. 62-67.
13. Демидова И.В. Возрастные особенности и развитие двигательных способностей младших школьников // Молодой ученый. 2020. № 9 (299). С. 186-188.
14. Климова Е.В., Гребенникова И.Н., Кончиц Н.С. Физическое развитие и психофизиологическое состояние детей старшего дошкольного возраста с нарушением осанки и речи в различных условиях комфорта и двигательного режима. Издательство: Новосибирский государственный технический университет (Новосибирск). 2012. 221 с.

15. Антипов Д.С., Родин Ю.И. Психомоторное развитие детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи // Современные проблемы науки и образования. 2018. № 6. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=28355> (дата обращения: 15.11.2020).