

Гнев как социальная эмоция дошкольников: возможности социализации

dovosp.ru
«Дошкольное воспитание»

Микляева Наталья Викторовна,

кандидат педагогических наук, профессор, Институт детства,
Московский педагогический государственный университет; 461119@mail.ru

Семенова Светлана Ивановна,

кандидат педагогических наук, доцент, кафедра педагогики и технологий дошкольного и начального образования, Армавирский государственный педагогический университет, г. Армавир, Краснодарский край

Аннотация. В статье рассматривается проблема социализации гнева у дошкольников. Приведены способы ее решения в условиях ДОО и семьи, с учетом анализа зарубежных и отечественных источников, а также авторской технологии (в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования).

Ключевые слова: гнев, эмоция, агрессия, социализация, профилактика, дошкольники.

Современная ситуация социально-экономической нестабильности и новой реальности жизни в условиях ограничения свободы передвижения и общения, а также карантинных мер нередко приводит к появлению раздражения и гнева как со стороны детей, так и их родителей.

Гнев является сильной эмоцией, возникающей в ответ на боль, отчаяние, угрозу, и вызывает сильное эмоциональное напряжение. В поэзии, например, гнев отождествляется со стихиями: огнем, водой, землей и воздухом; или с соединением стихий огня и воды (гнев как кипящая жидкость), воды и воздуха (тучи), воздуха и огня (молнии). Огонь и гнев в народной этимологии, как отмечает Н.Д. Голев, очень близки друг другу: слово «гневаться» происходит от слова «огонь». Е.В. Купчик комментирует, что гнев, в отличие от злости, часто выражается метафорами,

связанными со светом и тьмой, с их переходами. В нем сочетается разрушительная и защитная, мобилизующая на действия сила [5]. Поэтому гнев наряду с такими эмоциями, как радость, страх, грусть, относится в психологии к базовым эмоциональным состояниям, которые необходимы человеку для полноценной жизнедеятельности. Однако исследователи считают, что гнев является отрицательным эмоциональным состоянием, которое мешает полноценному развитию личности ребенка, формирует негативные черты характера и приводит к нарушениям социализации [7, 8].

Чтобы помочь маленькому ребенку справиться с возникающим недовольством, раздражением и не довести подобные чувства до уровня неконтролируемого гнева, взрослым важно знать их **возможные причины**:

- **физические**: боль, недосыпание, физическая уязвимость и госпитализация (в том числе ограничения, накладываемые больничным режимом, невозможность уклониться от неприятных и болезненных процедур), подавляемый гнев на болезнь и плохое самочувствие, изменение внешности; неустойчивое и возбужденное состояние нервной системы вследствие сложного лечения (например, при онкологических заболеваниях, химиотерапии и др.);
- **психические**: эмоциональная незрелость, превышение пределов объема внимания и восприятия в условиях необходимости продолжать утомляющую ребенка деятельность, отсутствие навыков саморегуляции поведения, накопленное разочарование и усталость, подавленная агрессия и страхи, эмоциональная изоляция ребенка родителями и сверстниками;
- **социальные**: переход семейной системы функционирования на уровень хаоса, например, после вседозволенности – ограничение свободы и непонимание поведения другого человека; реакция на угрозу или провокацию, реальную или мнимую несправедливость, критику; трудности принятия агрессивных проявлений у ребенка, его восприятие как «плохого» со стороны родителей и т.д.

Отмечая комплексный характер причин такой эмоциональной реакции, Дэвид Вискотт в своей книге «Язык чувств» констатирует [2]: «За гневом кроется боль и печаль. Людям становится больно, когда их перестают понимать и любить». Например, старшему брату в ответ на игривый щипок младший может крикнуть: «Я убью тебя!». Это его способ сказать убедительно, с силой: «Не делай со мной так!». Или другой пример: разгневанные на родителей дети кричат: «Я больше не люблю тебя!», «Я тебя ненавижу! Отстань от меня!» и др. Ими движет желание оттолкнуть, сделать больно и одновременно – надежда, что их боль поймут, примут и изменят ситуацию к лучшему. Сделают то, что не может сделать ребенок. Однако, к сожалению, родители сами в ответ часто демонстрируют эмоциональную незрелость: расстраиваются или злятся. Такая реакция – своеобразный тест на подавляемый ими гнев и неуверенность в себе и ответную реакцию-провокацию со стороны детей.

Взрослому вместо этого рекомендуется высказать свое сопереживание. Говорить надо спокойным тоном, желательно даже ниже на полтона, чем обычно. За-

тем можно сообщить ребенку свои наблюдения и реакцию. Например: «Ты только что отшвырнул рубашку. Я чувствую, что ты чем-то расстроен. Расскажи, что случилось».

Более четко ответить на вопрос, что происходит с ребенком, поможет **песочная терапия**. Малышу предлагается построить город или деревню, используя лотки с водой и песком, набор мелких игрушек, зданий и ограждений, растений. Затем ребенок вовлекается в свободную игру, которая проходит *стадии*:

- хаоса и действий под властью тревожных чувств;
- борьбы со стихиями или военных сражений, уничтожающих все живое;
- исхода, когда действия разрушителя приобретают все более организованный характер, а жизнь города или деревни возвращается в нормальное русло, – в душе ребенка воцаряется равновесие.

Эта методика предполагает активное наблюдение взрослого за действиями ребенка на протяжении нескольких игр-занятий (до 8–10) и комментирование происходящего без эмоциональной оценки со стороны наблюдателя. Кроме того, взрослый может спросить: «Что здесь случилось?», указывая на получившуюся композицию из песка, игрушек и воды в конце занятия. Предполагается, что ребенок сам захочет поделиться переживаниями и мыслями, а педагогу, психологу или родителю останется только внимательно выслушать его.

Другая диагностическая методика называется «**Незаконченные предложения**». Дети дополняют предложение: «Я злюсь, когда ...». Приведем результаты нашего опроса 60 детей старшего дошкольного возраста, который проходил весной 2020 г., в разгар пандемии:

1) словесная агрессия, которая проявляется во время интенсификации общения в семье в условиях замкнутого пространства квартиры, комнаты, – 53% («я злюсь, когда ругают», «когда кричат взрослые»);

2) немотивированная обида на других, связанная с ощущением нераспространения своей власти на бытие и собственность других членов семьи, – 27% («брат не дает играть на компьютере», «мама не дает свой телефон»);

3) унижение, нарушение чувства собственного достоинства – 20% («обзывают», «дразнят»);

4) невозможность достижения цели, результата деятельности, в том числе в условиях вынужденного переключения на выполнение чужих желаний, – 20% («что-то не получается», «я играю в компьютер, а мне говорят что-то сделать»);

5) физическое насилие (боль) – 20% («когда бьют», «царапает кошка»).

Аналогичные ответы, как показывают результаты наших опросов, дают дети и вне пандемии. Другое дело, что в условиях карантинных мер они быстрее проходят стадии от раздражения до гнева, а взрослые рядом настолько эмоционально истощены, что не находят в себе сил действовать и отвечать толерантно. Более того, они с удивлением замечают, что ребенок более самостоятелен или, напротив, не так самостоятелен, как им казалось. Между тем малыш просто с энергией маленького ребенка, пытающегося ее мобилизовать, заявляет о своих потребностях, ищет свое место в структуре отношений в семье или устанавливает их грани-

цы: «Нет! Не хочу! Отстань! Не буду!» и др. Взрослые ошибаются, думая, что малыш гневается, и приписывают ему злость. Ломка семейных стереотипов только усиливает эмоциональное напряжение в данной ситуации.

Тем не менее, повторимся, гнев – открытый или подавляемый – является частью современной культуры и «общества потребления». И взрослые, и дети привыкли получать то, чего хотят. Когда же ребенок сталкивается с препятствием к достижению своей цели, не получая чего-то значимого для себя и не умея терпеть связанный с этим дискомфорт, то недовольство начинает накапливаться и постепенно переходит в гнев или агрессию. Л. Берковиц предлагает различать понятия «гнев» и «агрессия» [1]. Гнев означает определенное эмоциональное состояние возбуждения, которое не обязательно имеет какую-то конкретную цель. Однако когда она находится, то агрессия проявляется уже в нападении, в словесной или физической форме. Другими словами, вспышки гнева предшествуют агрессии.

Анализ психологических исследований К. Изарда и Г. Паренса позволил установить, что первые вспышки гнева могут проявляться уже у младенцев, которые, не обладая способностью к оценке ситуации, не способные еще понять, что с ними происходит, реагируют на боль или ограничения физической свободы с помощью гнева (крик, искажение лица) [4, 6]. В дальнейшем этот опыт переносится на психические и социальные ограничения, с которыми ребенок сталкивается, взрослея. Например, реагируя на первые «нельзя!» со стороны родителей, ребенок демонстрирует весь спектр проявлений гнева: упрямство, драчливость, приступы злости, ярости, негодования, ожесточения или ненависти, разрушительные действия.

Взрослый в ответ учит быть «хорошим мальчиком» или «хорошей девочкой», демонстрирует неприятие подобных образцов поведения. Однако чем меньше по возрасту ребенок, тем сложнее ему понять, что с ним происходит в этот момент. Чувство гнева он еще не осознает, не дифференцирует его от злости. Поэтому взрослый должен помочь локализовать само чувство через предмет, который связан с ограничением свободы и расстройством ребенка. Последнее очень важно: малышу лучше объяснить, что он «расстроился», и предложить выбрать причину этого, чем обозначить его эмоцию как злость и агрессивные действия. Практика показывает, что если источник гнева найден правильно, то разделенные со взрослым чувства помогут маленькому ребенку быстрее успокоиться. С другой стороны, у него не будет опыта «накопленной злости», которая в дальнейшем провоцирует формирование асоциальных представлений о себе и ломке культурных стереотипов.

Вместе с тем не следует обманывать малыша и приписывать ему те эмоции и чувства, которых он не испытывает. Если это гнев или злость, становящиеся частью поведения, а не ситуации, то их нужно четко обозначить. При этом взрослые должны учитывать индивидуально-типологические особенности детей, которые также сказываются на интенсивности проявления гнева. Так, дети с преобладанием холерического типа темперамента возбуждаются очень быстро – эмоцио-

нальная реакция на ограничение их потребностей может быть незамедлительной. Холерики более вспыльчивы, чем остальные дети, их реакции интенсивнее. Вместе с тем и у холериков, и у флегматиков гнев проявляется в вегетативных реакциях: покраснении лица, расширении зрачков глаз, учащенном сердцебиении и др. Раздуваются крылья носа, потеют ладони, руки автоматически сжимаются в кулаки. Все мышцы напрягаются. Человек готов к активным действиям. Дальше следуют насмешки, оскорбления или угрозы («Я все расскажу... маме, папе»), крик, топание ногами и драка (сжатые кулаки). При этом психологи считают: говоря ребенку, что он сердится, мы можем разозлить его еще больше.

Д. Дубравин утверждает, что если в эмоциональном напряжении будет достигнута точка кипения, то следующая эмоция будет еще сильнее. Автор отмечает, что гнев нарастает постепенно, и предлагает свою **шкалу оценки интенсивности эмоционального напряжения** (в баллах), которую можно использовать в качестве параметров наблюдения за поведением ребенка в стрессовых ситуациях [3].

1. **Недовольство (от 0 до 2)** – низкая форма интенсивности эмоционального напряжения, которая проявляется в несогласии с тем, что человек видит, слышит, понимает или ощущает.

2. **Раздражение (от 2 до 4)** – средняя степень интенсивности эмоционального напряжения, которая выражается в нетерпимости к происходящему и является первой попыткой сигнализировать о нарушении наших границ или о неудовлетворении некоторых потребностей.

3. **Возмущение (от 4 до 5)** – средняя степень интенсивности эмоционального напряжения; проявляется как способ изменить то, что не нравится или неприятно, и человек начинает открыто выражать свое недовольство.

4. **Злость (от 5 до 7)** – высокая степень интенсивности эмоционального напряжения; внимание фокусируется на объекте, который вызвал злость. Многократно повышается активность и агрессивность в мыслях и действиях. Может переходить в легкую форму насилия – как физического, так и психологического.

5. **Гнев (от 7 до 8)** – высокая степень интенсивности агрессии. Проявляется как открытая агрессия в виде насилия. Человек предпринимает активные действия по устранению или нейтрализации объекта, который вызывает недовольство, дискомфорт или в котором чувствуется опасность.

6. **Ярость (от 9 до 10)** – критическая степень интенсивности неуправляемой агрессии. В ярости человек себя не контролирует, не отдает себе отчета в своих действиях и проявляет агрессию и насилие.

Управлять гневом, по мнению Э. Дубравина, гораздо легче на этапе недовольства и раздражения. На уровне ярости управление гневом становится невозможным, поэтому контроль над ним необходим с первого момента его возникновения [3]. Однако запретить подобную эмоциональную реакцию невозможно. Следует констатировать, что некоторые родители наказывают ребенка за то, что он злится, при этом сами же демонстрируют свой гнев. В отношении гнева формируется стереотипное суждение: гнев – это очень плохо, и его нужно подавлять. Одновременно ребенок решает, что он такой, с неуправляемыми вспышками гнева, – никому

не нужен. Значит, его не любят. Это подогревает чувство гнева в следующий раз. Гнев становится концептуальным.

Избавиться полностью от гнева невозможно, а научить ребенка с детства переживать его без насилия, выбирая приемлемые формы для его выражения, – реально.

Более того, социально приемлемые способы выражения своего гнева еще пригодятся дошкольнику: когда нужно будет сказать твердое «нет» в ответ на безнравственное предложение, когда придется защищать права обиженных и восстанавливать справедливость и т.д. Как показывают наблюдения, проявляя гнев для самозащиты или защиты прав сверстников, дошкольники используют доступные и известные им средства: толкание, удары, оскорбления, отбирание игрушек. В этом случае их тоже необходимо учить социально приемлемым способам выражения своих намерений и гнева. При этом не отождествлять поведение и действия нарушающего нормы человека с его личностью, не считать его самого «плохим», источником своего гнева или агрессии. Это сложно даже для взрослого. Однако гнев обладает способностью зажигать других: недаром же его сравнивают в народных поговорках и пословицах с огнем. Он может объединять и разъединять людей.

(Окончание следует.)

Источники

1. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль: лучший в мире учебник по психологии агрессии / Пер. А. Боричева, Л. Царук, Л. Ордановской. СПб: Еврознак, 2007.
2. Вискотт Д. Язык чувств: сокращение времени и денег психотерапии / Пер. с англ. Нью-Йорк, 1977.
3. Дубравин Д. Управление гневом. Киев: Агентство «ІРІО», 2019.
4. Изард К.Е. Психология эмоций. СПб: Питер, 2009.
5. Купчик Е.В. Гнев в русских поэтических текстах: метафорические модели // Новая Россия: традиции и инновации в языке и науке о языке: Мат-лы докладов и сообщений Междунар. науч. конференции, посв. юбилею Заслуженного деятеля науки РФ, д-ра филол. наук, проф. Л.Г. Бабенко, 28–30 сент. 2016 г., Екатеринбург, Россия. М., Екатеринбург: Кабинетный ученый, 2016.
6. Паренс Г. Агрессия наших детей / Пер. с англ. М.: Форум, 1997.
7. Семенака С.И. Педагогическая помощь детям с отклоняющимся поведением: Учеб. пособие. М.: Аркти, 2019.
8. Семенака С.И. Социальная адаптация ребенка в обществе. Программа и коррекционно-развивающие занятия для детей 6–8 лет. М.: Аркти, 2016.



Гнев как социальная эмоция дошкольников: возможности социализации

dovosp.ru
«Дошкольное воспитание»

Микляева Наталия Викторовна,

кандидат педагогических наук, профессор, Институт детства, Московский педагогический государственный университет; 461119@mail.ru

Семенова Светлана Ивановна,

кандидат педагогических наук, доцент, кафедра педагогики и технологий дошкольного и начального образования, Армавирский государственный педагогический университет, г. Армавир, Краснодарский край

Окончание. Начало см.: Дошкольное воспитание. 2021. № 2.

В первой части статьи была описана проблема выражения гнева как социальной эмоции, рассматривались причины его появления, приемы диагностики и оценки интенсивности у дошкольников, анализировались установки взрослых на демонстрацию гнева со стороны детей.

Однажды попробовав демонстрацию гнева и агрессии и столкнувшись с хаотическими, непоследовательными действиями и «отступлением» взрослого, ребенок начинает использовать это в качестве доступного средства при решении сложных ситуаций вновь и вновь [3]. Так, некоторые дети привыкают к злости настолько, что прибегают к ней всякий раз, когда сталкиваются с препятствием к достижению успеха или им что-то угрожает. Аналогично формируется социальный опыт взрывной реакции на малейшую критику или замечание в свой адрес.

Технологии социализации гнева детей дошкольного возраста в образовательном процессе детского сада сегодня достаточно разнообразны. Еще в конце 90-х годов прошлого века была разработана авторская коррекционно-развивающая программа для старших дошкольников «Уроки добра» [1]. Согласно длительному опыту ее апробации, обучение конструктивным способам выражения гнева у старших дошкольников направлено на формирование:

- умения принимать самого себя и других людей;
- умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, т.е. личностной рефлексии;
- эмоциональной децентрации и произвольной регуляции поведения.

Отличительной особенностью используемой при этом технологии является комплексный подход к решению задач социализации средствами эмоционального и социального интеллекта. В соответствии с этапами его развития выделяются группы задач педагогической работы с дошкольниками.

Первый уровень развития социального интеллекта

- Поощрение стремления детей поддерживать положительный эмоциональный фон своего настроения.
- Формирование у детей социальных ориентировок по типу: «Что это?», «Что я хочу делать?», «Как надо делать?».
- Развитие способности проявлять симпатию к сверстникам и другим людям, сопереживание им.

На данном этапе, если ребенок демонстрирует раздражение, взрослый помогает определить его причину. Малыша учат, ощущая волну гнева, отвечать на вопросы: «О чем я думаю и что чувствую сейчас? На что я на самом деле разозлился?». Это переключает ребенка с восприятия другого человека или предмета как мешающего удовлетворению его потребности, т.е. как источника гнева, на проблемную ситуацию и способы ее решения; формирует установку на поиск совместных действий. В качестве основных методов и приемов работы могут быть использованы: создание и обсуждение проблемной ситуации, имитационные игры («Назойливая муха», «Сварливый жук» и др.), психогимнастика, выражение своего эмоционального состояния в рисунке, в музыке. Приведем пример проведения рефлексии с детьми по содержанию получившихся рисунков: «Ребята, вам нравится злость? (Нет.) Какого она цвета? (Черного, темно-синего, бордового.) На какую погоду она похожа? (На дождливую, пасмурную.) Вам приходилось вчера или сегодня злиться? Почему? (Да, потому что вчера я не пошла к бабушке, а мама обещала. И др.) Давайте вспомним, как мы можем улучшить свое состояние, настроение».

Дети усваивают на игровых занятиях разнообразные способы совладания с гневом: надуть шарик, потопать ногами, рассмешить себя, глядя в зеркало, послушать любимую музыку, потанцевать, замесить понарошку тесто, позвонить другу, маме.

Второй уровень развития социального интеллекта

- Формирование ориентировок в действиях, эмоциях и желаниях.
- Формирование социальных ориентировок по типу: «Что случилось?», «Почему?», «Хорошо это или плохо для меня и для других?», «Что мне с этим делать?».
- Развитие способности сопереживать в конкретных ситуациях и проявлять сочувствие близким людям, учиться понимать причины поведения и эмоциональных реакций другого человека.

На данном этапе детей учат осознавать ситуацию как проблемную, дифференцировать свои и чужие эмоции и намерения («кто что хочет, и поэтому – что делает»), учат рассуждать вместе со взрослым. Например: «Гнев – это хорошо или плохо?», «Для кого плохо?» и т.п. Для этого используются анализ и проигрывание проблемных ситуаций («Сейчас мы выметем плохое настроение из комнаты» и др.), игры-драматизации, чтение и обсуждение художественной литературы и др. Можно сослаться на третье лицо, которое решает похожие проблемы. Например: «Одна воспитательница не знала, что сказать ребенку, когда тот очень злился на нее или на других ребят в группе. Что ей можно посоветовать?». Детям так легче высказать свое мнение и сделать ситуацию менее эмоционально значимой. Можно организовать коллективное обсуждение лучших способов справиться с гневом («пробежать несколько кругов вокруг дома», «скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить», «быстро все стереть с доски», «положить гнев в мешочек злости», «превратить гнев в тигра и покататься на нем» и др.).

Третий уровень развития социального интеллекта

- Содействие социализации и самоутверждению ребенка в соответствии с позитивным образом себя и изменяющейся картиной окружающего мира.
- Формирование социальных ориентировок по типу: «Когда так бывает?», «Каким я хочу и могу быть?», «Зачем?».
- Развитие эмоциональной устойчивости в конфликтных, стрессовых ситуациях.

На данном этапе дети учатся различать эмоции и отношение (последнее не тождественно тому, что ребенок слышит и видит, когда на него кричат и злятся или когда он сам это делает). Этому помогает освоение таких интеллектуальных действий, как *аналогия* и *субъективное взвешивание*. Например, когда дошкольник чувствует, что подступает раздражение и хочется выразить недовольство, ему предлагается ответить на вопрос: «Это большая проблема или маленькая?». Если проблема маленькая, то становится понятным, почему нужно изменить интенсивность эмоциональной реакции на нее. Детям следует показывать доступные способы: переключиться на другую игрушку или найти другого партнера, придумать альтернативный способ действия или предложить задание на выбор и др. Если же проблема осознается как большая, то с детьми отыгрываются проблемные ситуа-

ции и альтернативные способы поведения в них – на уровне совместных действий всех воспитанников группы. Например, организуются соревновательные ситуации типа «выбиваем пыль», «подушечный бой» и др. При этом не нужно представлять, что ребенок бьет воображаемого обидчика, – это было бы безнравственно. Речь идет о том, чтобы выплеснуть злость и гнев и не позволить другому сделать больно. Поэтому «драчунов» можно спрашивать: «Вся злость вышла или еще не вся? Нужно еще бить подушку? Или гнев уже израсходовался, растаял?». Следует учить ребенка брать ответственность на себя за излияние своего гнева: «Что было бы, если бы ты сломал все стулья в группе? Как бы мы тогда занимались или обедали?» и др. Гнев в дальнейшем поддается ранжированию: от слабого раздражения и досады до открытого бешенства, ярости и неистовства. В зависимости от его меры дети учатся подбирать адекватные способы выражения гнева и управления им.

Такие ситуации могут реализоваться в рамках специальных занятий-тренингов. Их много описывается в парциальной программе «Социальная адаптация ребенка в обществе» Р.М. Грановской и И.М. Никольской [4]. Параллельно идет работа:

- над понижением значимости травмирующего фактора;
- над повышением самооценки;
- над понижением значимости неудачных поступков и действий.

Структура специальных тренинговых занятий включает в себя такие основные элементы, как:

- 1) создание и обсуждение проблемной ситуации;
- 2) доверительная беседа с детьми на волнующие их темы;
- 3) рисование проблем (снятие напряжения, диагностика детских тревог);
- 4) обучение навыкам самопомощи в напряженных ситуациях, формирование волевой регуляции поведения (подвижные игры, релаксационные упражнения, активные действия).

Опишем ход такого занятия-тренинга. Начинается он с доверительной беседы на тему «Почему человек злится?».

- В каких ситуациях может злиться человек?
- На что похоже зло в человеке? (*На вулкан, молнию, дикое животное и пр.*)
- А вам приходилось когда-нибудь злиться?
- Что вы чувствовали в этот момент?
- Что вам хотелось сделать?

Обобщая ответы детей, взрослый подводит их к выводу, что человек злится, когда чувствует, что не может удовлетворить свое желание, изменить ситуацию, преодолеть препятствие. Гнев – это естественная эмоциональная реакция, которая дает нам сигнал, что возникла преграда. Это чувство побуждает человека к изменению ситуации, преодолению препятствия, и это нормально, но мы не всегда умеем правильно выразить свои эмоции, не причинив вреда окружающим и себе. Этому нужно учиться. Для прочувствования ощущения гнева можно предложить

разыграть небольшой этюд «Сердитая старуха», сопровождая его чтением эпизода встречи старика и старухи из «Сказки о рыбаке и рыбке» А.С. Пушкина. Затем дети делятся на команды и придумывают свои варианты действий старика и старухи, нацеленные на управление своим и чужим гневом. Главным фактором в социализации гнева является пример взрослых, который показывает им, как вести себя в той или иной проблемной ситуации в соответствии с нормами и правилами поведения.

Завершая данный обзор, дадим ряд рекомендаций воспитателям и специалистам по социализации гнева дошкольников.

- Быть внимательными к физическому состоянию ребенка: любое, даже скрытое недомогание может спровоцировать проявление немотивированного гнева.
- Необходимо наблюдать за эмоциональным состоянием ребенка и, заметив напряжение, постараться разрядить ситуацию, провоцирующую негативные эмоции.

Стадии работы с детским гневом

В. Оклендер обобщает обучающие ситуации как четыре типа, связанные со стадиями работы с детским гневом [3]:

1. Беседа с ребенком о гневе: что это такое, что вызывает гнев, как его выражают люди, как он связан с телом.
2. Помощь в том, чтобы научиться *узнавать* и *принимать* свой гнев, потом выбирать способы его выражения (эксперименты с практическими способами выражения).
3. Обучение проявлению актуального чувства гнева и развитие способности с ним справиться, эмоционально выразить его в совместной работе.
4. Освоение ребенком опыта прямого словесного выражения гнева: взрослый должен научить ребенка говорить то, что нужно, продемонстрировать ему опыт заботы о себе и использования гнева для отстаивания себя при необходимости.

Методические рекомендации к проведению игр и занятий

- Соблюдать последовательность и систематичность в работе с детьми: ориентироваться на уже освоенный опыт и, кроме того, новое знание давать с соблюдением педагогического принципа – от простого к сложному.
- Использовать разнообразные педагогические методы, психотехники, учитывающие возрастные возможности ребенка.
- Формировать социально одобряемое поведение в конфликтных ситуациях на основе собственного примера: если призывы к соблюдению усвоенных

методов управления гневом расходятся с собственной эмоциональной неуравновешенностью, то трудно требовать от ребенка следовать усвоенным правилам.

- Закреплять способы управления гневом, логично вписывая их в контекст повседневной жизни. Правила социально одобряемого выражения гнева можно включать в игровые ситуации, развивающие, подвижные, сюжетно-ролевые и дидактические игры.
- Поощрять стремление ребенка к самостоятельной оценке конфликтной ситуации, способов выражения чувств и поведения: ребенок запоминает хорошо то, что имеет эмоциональную окраску и может быть применено на практике.

Источники

1. Микляева Н.В., Семенака С.И. Уроки добра: Комплексная программа социально-коммуникативного развития средствами эмоционального и социального интеллекта. М.: Аркти, 2016.
2. Оклендер В. Гештальт-терапия с детьми: работа с гневом и интроектами // Гештальт-терапия с детьми. Вып. 1 / Под ред. Н. Кедровой. М.: Московский гештальт-институт, 2002.
3. Паренс Г. Агрессия наших детей / Пер. с англ. М.: Форум, 1997.
4. Семенака С.И. Социальная адаптация ребенка в обществе. Программа и коррекционно-развивающие занятия для детей 6–8 лет. М.: Аркти, 2016.

Anger as a social emotion of preschoolers: opportunities for socialization

Natalia V. Miklyaeva,
Moscow, Russia;
Svetlana I. Semenaka,
Armavir, Russia

Abstract. The article deals with the problem of socialization of anger in preschoolers. Methods of its solution in the conditions of preschool education and family are considered and presented, taking into account the analysis of foreign and domestic sources, as well as the author's technology (in accordance with the requirements of the Federal State Educational Standard of pre-school education).

Keywords: anger, emotion, aggression, socialization, prevention, preschoolers.

