

## ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

*Е.И. Кокова,*

кандидат педагогических наук, доцент  
Сибирский юридический институт  
ФСКН России (г. Красноярск)

### О РОЛИ СЕМЬИ И ШКОЛЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ АСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Основным фактором формирования вредных привычек и отклонений в поведении детей и подростков считается страх. Существует даже термин «школьная фобия», что подразумевает навязчиво преследующий некоторых детей страх перед посещением школы. Но нередко речь идет не столько о страхе школы, сколько о страхе ухода из дома и разлуки с родителями, к которым привязан ребенок, находящийся в условиях гиперопеки. Иногда родители сами непроизвольно внушают этот страх детям – драматизируют проблемы начала обучения, выполняют вместо детей задания, а также излишне контролируют их. Как правило, не испытывают страха перед посещением школы любимые, активные дети, стремящиеся самостоятельно справиться с проблемами обучения и наладить отношения со сверстниками.

Помимо боязни идти в школу у детей нередко возникает страх опросов. В основе этого страха лежит боязнь сделать ошибку, совершить глупость, оконфузиться, быть осмеянным. Больше всего дети боятся отвечать у доски. Особенно это характерно для эмоционально чувствительных, часто болеющих и ослабленных детей и особенно для тех, кто перешел в другую школу, где уже произошло «распределение сил» внутри класса. По мнению психологов, уровень тревожности начинает резко повышаться с 11 лет, достигая кульминации к 20 годам. Если для дошкольников и младших школьников основным источником тревожности оказывается семья, то для подростков ее роль значительно уменьшается; зато вдвое возрастает роль школы. У подростков чаще вызывают тревогу ситуации оценки, проверки: ответ у доски, контрольная работа, публичное выступление.

Было бы несправедливо перекладывать всю ответственность за эмоциональные проблемы учащихся только на плечи школы, забывая о семье. Идя в школу, ученик не может оставлять за порогом дома семейные традиции, а уходя домой забывать события школь-

ного дня. Хорошее отношение в семье к ребенку может компенсировать отрицательные переживания, связанные со школой. И наоборот, минусы воспитания могут быть погашены и чутким учителем, доброжелательным отношением одноклассников. Это возможно, когда семья и школа дополняют друг друга, создавая ребенку гармоничный, целостный мир. Но, к сожалению, зачастую семья и школа объединяют свои усилия не для поддержки ребенка, а для порицания и наказания. Нередко при неудачах детей в школе родители считают виноватым ребенка. Это приводит к снижению его самооценки, а в результате все к новым и новым неудачам, к формированию негативных привычек и асоциальной линии поведения.

Часто тревожность и асоциальное поведение усиливаются под влиянием переутомления. К сожалению, режим школьной жизни, структура учебного года сами по себе способствуют переутомлению, особенно физически ослабленных или эмоционально неустойчивых детей. Известно, что деятельность учебной четверти не должна превышать шести недель, после которых детям необходим 7-10-дневный отдых. Учеба в субботу малоэффективна. У школьников, получающих домашнее задание на понедельник, отличается от ровесников имеющих возможность полноценно отдохнуть в воскресенье, повышенная раздражительность, конфликтность и тревожность.

В разные годы наиболее значимым для школьников оказывается отношение разных людей. Учащиеся начальной школы в первую очередь стремятся к симпатии учителей, ради этого они готовы учиться отлично. Если же учитель ставит плохие отметки, значит, по мнению младшего школьника, «он меня не любит», что также провоцирует ребенка на асоциальное поведение. Для подростков наиболее важно отношение сверстников, которые не очень-то жалуют отличников. С другой стороны, честолюбие, требования родителей и учителей – все это повышает ценность хороших отметок. Такое противоречие стремлений тоже может приводить к внутреннему конфликту, который, в свою очередь, усиливает тревожность подростка.

Ориентация на взрослых или ровесников, желание добиться расположения с помощью оценок зависят не только от возраста ребят, но и от их успеваемости. И чем теснее в их сознании сплетается хорошее отношение взрослых и высокие оценки, тем выше уровень тревожности и возможность формирования асоциального поведения. Отмечается, что наиболее тревожными являются двоечники и отличники, но по разным причинам. А наименее тревожными

и асоциальными – троечники: для них и оценки не очень-то важны, и отношение окружающих не определяется полученными в школе отметками.

Еще одна важная причина повышения тревожности детей и подростков – недостаточный уровень физиологической и интеллектуальной зрелости, который наблюдается у многих детей и в определенном смысле является закономерным. Поступление в школу совпадает с возрастным кризисом, из которого разные дети выходят в разное время и с разными приобретениями. Кто-то активен и сообразителен, другой медлителен, третий – упрям и агрессивен. Со временем шероховатости сгладятся, способности детей более или менее уравниваются, если они не утратят веру в себя и не почувствуют отвращения к школе. В то же время тот, кто учится на «отлично», может заболеть «звездной болезнью», что нередко заканчивается неспособностью переносить неудачи и бурной вспышкой тревожности в ответ на первый промах. Иногда для ребенка значим лишь источник предъявляемых ему высоких требований, но не их содержание, не их направленность: он, например, старается учиться изо всех сил, чтобы не огорчать родителей, хотя самому отметки безразличны.

В других случаях завышенные требования усваиваются ребенком, превращаются в его собственные требования к себе, которые действуют даже при ослаблении внешнего давления. Однако в его сознании при этом образуется противоречие – на одном полюсе «должен», а на другом «а вдруг не смогу?» или «наверняка не смогу!». Отсюда панический страх получить четверку у некоторых детей, воспитанных по принципу «учеба превыше всего». Когда этот страх уже овладел ребенком, то заверения родителей, что «4» или «3» не так уж страшны, не помогают. Ведь образ «Я – отличник» становится частью представлений школьника о себе.

Ценить ребенка исключительно по его достижениям – значит обречь его на постоянный внутренний конфликт. Никакие достижения не являются абсолютными, всегда рядом может найтись тот, кто достигнет большего. Освобождение от тревожности возможно, если взрослые поймут: любой ребенок – отличник или двоечник, подвижный или медлительный, атлет или рохля – заслуживает любви и уважения; ценность человека в нем самом, прежде всего в его моральных качествах, а не в наградах, оценках и других условных знаках благополучия.

Все еще встречаются семьи, в которых детей унижают, бьют. Чаще всего такие ситуации бывают в неблагополучных семьях. По-

добные ситуации ужасны, но тревожные дети и подростки с отклонением в поведении и привычках выходят не из таких семей. В такой семье ребенок, скорее всего, окажется агрессивным либо эмоционально отстранится от родителей и начнет искать эмоциональную близость на стороне, чаще всего с представителями криминального мира, имеющими к тому же проблемы с употреблением психотропных веществ и алкоголя.

Тревогу у детей вызывает эмоциональное отторжение именно от близкого человека. Корень детской тревожности и асоциального поведения – не открытое пренебрежение интересами ребенка, а неустойчивая любовь, порождающая в нем внутренний конфликт. Он ощущает любовь (по крайней мере, видит ее признаки), но одновременно чувствует и постоянный страх потерять эту любовь. Он не верит в ее надежность. Такой страх страшнее любого наказания. Ребенок нуждается в искренности, откровенности близких людей. Он ищет ясности, устойчивости отношений и даже не является противником наказаний. Большинство детей считают, что их иногда надо наказывать, но они хотят знать за что.

Таким образом, не только родителям, но и педагогам следует обращать внимание на физическое состояние и здоровье детей, от которых во многом зависит их внимание на уроке и общая работоспособность. Весьма важно знать особенности познавательной деятельности детей, склонности и интересы, а также предрасположенность к более успешному изучению тех или иных предметов. Большое внимание необходимо уделять чувственно-эмоциональной сфере детей и своевременно выявлять тех, кто отличается повышенной раздражительностью, болезненно реагирует на замечания, не умеет контактировать с товарищами. Не менее существенным является знание характера каждого ребенка с тем, чтобы учитывать его при организации коллективной деятельности, распределении общественных поручений и преодолении отрицательных черт и качеств. Условия домашней жизни и воспитания, их внешкольные увлечения также оказывают значительное влияние на воспитание и развитие детей.

В заключение следует отметить, что только глубокое знание особенностей каждого ребенка может создать условия для успешного учета этих особенностей в процессе профилактической работы по предотвращению асоциальных проявлений у детей и подростков.