***Подготовила педагог – психолог***

***Ложечник Н.Н.***

Формирование эмоционально - волевой сферы является одним из важнейших условий становления личности ребенка с ОПФР, социальный опыт которого необходимо непрерывно обогащать.

Эмоции - реакции человека на воздействие внешних и внутренних раздражителей. Они связаны с удовлетворением (положительные) или неудовлетворением (отрицательные) различных потребностей организма.

Эмоции могут многое рассказать о ребенке. Первое, на что обращает внимание педагог в общении с ребенком – это общее состояние ребенка: возбужденное, нормальное или угнетенное. Возбужденное состояние характеризуется, как правило, высоким пронзительным или дрожащим голосом, сменой скорости и темпа речи, разрывом слов. Мимика, речь, интонации дополняются жестами, позами, состоянием одежды.

В.П. Кащенко были выделены следующие **недостатки характера ребенка, имеющего личностные нарушения,** преимущественно эмоционально обусловленные:

-неустойчивость, противоречивость;

-повышенная возбудимость аффектов;

-сильная острота симпатий и антипатий к людям;

-импульсивность поступков;

-исступленный гнев;

-пугливость и болезненные страхи (фобии);

-пессимизм и чрезмерная веселость;

-равнодушие, безучастность;

-нечистоплотность, педантизм.

Как правило, имеющиеся эмоциональные нарушения формируются у ребенка в период дошкольного возраста. Рассмотрим симптомы эмоциональных нарушений у старших дошкольников.

***1. Затруднения в общении со сверстниками и взрослыми:***

- неуравновешенность;

-возбудимость;

-бурные аффективные реакции (гнев, истерический плач, демонстрация обиды), которые сопровождаются соматическими изменениями (покраснение, усиленное потоотделение и т. д.);

-негативизм;

- упрямство;

- неуступчивость;

-конфликтность;

- жестокость;

- устойчивое негативное отношение к общению;

-«застревание» на отрицательных эмоциях;

-эмоциональная холодность;

-отчуждение, скрывающее неуверенность в своих силах.

***2. Особенности внутреннего мира:***

-острая восприимчивость;

-впечатлительность;

- болезненная чувствительность;

-наличие страхов: не являющихся возрастными, мешающими нормальной жизнедеятельности детей;

-тревожность;

-мнительность.

Данная классификация является очень условной, так как внутреннее неблагополучие ребенка непосредственно влияет на его поведение и общение с окружающими.

**Уровни социально-эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста**

**Низкий ( эмоциональное неблагополучие):**

Ø нежелание и неумение действовать совместно со взрослыми и сверстниками;

Ø отсутствие инициативы в общении;

Ø избегание взаимодействия;

Ø отсутствие самоконтроля в действиях, поведении и эмоциях;

Ø исключительная ориентация на собственные действия;

Ø непризнание правил и норм общения и деятельности;

Ø отсутствие понятий «хорошо-плохо» или нежелание им следовать при сформированности;

Ø конфликтность, агрессивность.

**Средний:**

Ø недостаточная инициативность в общении;

Ø предпочтение исключительно пассивных ролей;

Ø ситуативная регуляция аффективных проявлений;

Ø неумение улаживать конфликты;

Ø принятие помощи и возможность ее оказания.

**Высокий (благополучие):**

Ø желание вступать в общение, взаимодействовать длительное время;

Ø успешное участие в коллективных делах;

Ø успешное выполнение и лидерских, и пассивных ролей;

Ø умение уладить конфликт, уступить или настоять на своем;

Ø признание и адекватное выполнение правил, предложенных взрослыми;

Ø заботливое отношение к миру чувств людей и предметному миру;

Ø умение занять себя;

Ø владение адекватными способами выражения своего внутреннего состояния.

Формирование у детей с ОПФР старшего дошкольного возраста умения преодолевать свое неблагополучие происходит в деятельности, в непосредственном общении со взрослыми и сверстниками. Если такая деятельность осуществлялась неэффективно, то в этом случае эмоциональные нарушения у детей сохраняются и в дальнейшем, вплоть до подросткового возраста.

Также выделяются группы факторов, приводящих к возникновению эмоциональных нарушений у детей и подростков:

-**Биологические предпосылки** эмоциональных нарушений включают в себя генетические факторы.

-К собственно **психологическим причинам** возникновения эмоционального неблагополучия у детей относят особенности эмоционально-волевой сферы ребенка, в частности нарушение адекватности его реагирования на воздействия извне, недостаток в развитии навыков самоконтроля поведения и др.

Рассмотрим сущность эмоциональных состояний, которые способны вызвать у детей девиантное поведение. Американский Психолог Д. Келли выделил четыре таких эмоциональных состояния: тревогу, вину, угрозу и враждебность.

**Тревога** – смутное чувство неопределенности и беспомощности. Наступает тогда, когда ребенок переживает событие, которое он не может ни понять, ни предвидеть. Способ помощи – объяснение, что никакой реальной угрозы для него на самом деле не существует.

**Вина** – чувство дискомфорта, когда интерпретируются действия ребёнка, как неудачные или неправильные.

**Угроза** – предстоящее событие, могущее изменить существование ребенка. Дети воспринимают ее как возможность наказания. Угрозы обычно плохо отражаются на состоянии ребенка, могут вызывать различные нервные расстройства. Наиболее распространенные способы избегания угрозы наказаний – уйти, убежать из учреждения.

**Враждебность** – склонность вести себя мстительно по отношению к другим, как стремление причинить им вред, ущерб. Ребенок чувствует себя удовлетворенным лишь тогда, когда его цель будет достигнута. Если же цель не достигается, он проявляет агрессию, производит разрушительные действия. В основе коррекции этого состояния – изменение внутренней установки ребенка, устранение неправильных отношений и представлений.

Понять и скорректировать поведение ребенка можно только тогда, когда известно его эмоциональное состояние и конкретная ситуация, вызвавшая освобождение эмоций. **Коррекция отклоняющегося поведения ребенка**, вызванного определенными эмоциональными состояниями, **это изменение не самого поведения, а тех состояний, которыми оно вызвано**, исправление внутреннего мира ребенка. Следует отметить, что педагог может корректировать только некоторые эмоциональные нарушения детей с ОПФР, большинство же отклонений требует медико-психологического вмешательства.

**К приемам коррекции можно отнести** анализ и разыгрывание ситуаций, различные формы игровой терапии, чтение, рисование, помогают ребенку пережить свои некогда подавленные чувства, почувствовать себя выше того, что пугает. Известная роль в коррекции психического состояния ребенка принадлежит мягким игрушкам, в частности плюшевому мишке.

Холдинг-терапия (автор метода Марта Велш, руководитель Материнского центра, Нью-Йорк, 1983) — психотерапевтическая помощь, направленная на преодоление аутизма и других эмоциональных нарушений у детей. Название метода происходит от английского глагола TO HOLD — держать. Вся процедура состоит в том, что мать обнимает ребенка и крепко его держит лицом к лицу. Аутичный ребенок оказывает сильное сопротивление, он может драться, кусаться, плеваться.

Состояние эмоционального неблагополучия можно снять, используя сочетание арт-терапии, сказкотерапии со специальными играми и упражнениями с музыкальным сопровождением или без него. Например, можно использовать игры и упражнения «Перышко» и «Как летит листочек», которые способствуют снижению напряжения. Использование элементов арт-терапии, например, пальцевая живопись, «кляксография», которая способствует самовыражению ребенка. Также можно использовать рисование по точкам, «дорисуй картинку», рисование основных геометрических фигур и используя их рисовать животных, растения или предметы (домик, котенка, дерево). При коррекции эмоционально-волевого развития данной категории детей будут полез­ны игры и упражнения, способствующие повышению самооцен­ки, уверенности в себе, используя при этом следующие задания, «Я очень хороший», «Мышеловка», «Смелая мышка», «Зеркало» и другие. Также упражнения для тренировки навыка распознания эмоциональных состояний «Угадай эмоции», «Собери эмоции – разрезные картинки».

Также в коррекции эмоционально-волевой сферы корригирующий эффект дают:

* упражнения на релаксацию («Задуй свечу», «Рот на замочке», «Лимон», «Дудочка», «Бубенчик», «Насос и мяч»);
* средства библиотерапии (обсуждение рассказов В. А. Осеевой «Синие листья», «Сыновья», Л. Н. Толстого «Два товарища»);
* средства музыкотерапии (произведения Л. В. Бетховена «Соната № 14» – часть 1, П. И. Чайковского «Симфония № 5 ми-минор», «Времена года», С. В. Рахманинов «Концерт № 2» начало 2-ойчасти, Ф. Шопен «Ноктюрн фа мажор», «Ноктюрн ре-бемоль мажор» и т.д.);
* психогимнастика (этюды М. И. Чистяковой, упражнения и игры, разработанные Н. Л. Кря­жевой).

При построении и проведении занятий следует учитывать утомляемость детей, поэтому рекомендуется в течение занятия менять виды деятельности, а также четко соблюдать время проведения занятия. На протяжении занятия помогать детям выполнять упражнения, а также самим давать эмоциональные реакции на происходящее. Так постепенно ребенок учится не только реагировать и отзываться на происходящее, но и становится активным участником взаимодействия.

Итогом психокоррекционной работы должны стать изменения в содержании и структуре эмоциональной сферы личности, овладение ребенком приемами эмоциональной саморегуляции. При коррекции эмоционально-волевой сферы следует помнить, что есть дети-оптимисты и дети-пессимисты, и что многое у ребенка зависит от настроения. Однако настроения не появляются и не исчезают в один момент, они накапливаются. Корригировать их достаточно сложно, но возможно — через повышение психической активности. Эмоции не развиваются сами по себе, но их развитие можно стимулировать опосредованно, косвенно направлять и регулировать через деятельность, в которой они возникают и проявляются.