**СИСТЕМА РАБОТЫ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ У ДЕТЕЙ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ**

**НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ**

**Особенности эмоциональных состояний детей с отклонениями в развитии**

Эмоции возникают в результате оценки самим организмом «своего соотношения со средой» и определяют характер поведения ребенка. Отражая значимость внешних и внутренних ситуаций и состояний, эмоции ориентируют ребенка, направляют его активность. Они выражают общее отношение к предметному миру, к событиям, к людям.

Социальное развитие маленьких детей по-настоящему может осуществляться лишь в эмоциональном контакте с взрослым. От качества общения зависят полноценное развитие ребенка и его положительное самочувствие среди близких в семье. В свою очередь это оказывает влияние на развитие положительных взаимоотношений со сверстниками.

По мнению С.Д. Забрамной (1998) лишение ребенка любви и участия взрослого, содержательного общения с ним при разного рода трагических обстоятельствах приводит к заторможенности эмоциональной сферы, а вследствие этого и к задержке психического развития ребенка, к потере интереса к окружающей жизни. Такие упущения невосполнимы даже в более позднее время.

При благоприятных условиях развития устойчивые отрицательные эмоциональные состояния нехарактерны для маленьких детей. При неблагоприятных – у ребенка возникают устойчивые негативные эмоциональные состояния и развивается негативное эмоциональное отношение к определенным сторонам жизни или к людям. С одной стороны, это способствует повышенной заболеваемости в детских садах простудными и другими заболеваниями, в том числе неврозами; с другой стороны, приводят к развитию у ребенка нежелательных черт характера (мнительность, трусливость и т.п.). По свидетельству врачей и психологов чаще всего к закреплению отрицательных эмоциональных состояний приводит разрушение социальных связей ребенка с окружающими людьми или приобретение этими связями уродливых, искаженных форм. Повышенная заболеваемость детей в детском саду зависит не столько от различных инфекций, сколько от неблагоприятного для ребенка психологического климата, вызывающего тяжелое переживание. При этом разрушения, наносимые здоровью различными причинами, тем опаснее, чем моложе ребенок. В этих случаях дети реагируют общими соматическими расстройствами: потерей веса, рвотой, ночным недержанием мочи и т.д. В ряде случаев у детей могут быть расстройства вегетативной нервной системы, истерические реакции, ночные страхи и пр.

Дезорганизирующую роль в жизни и деятельности маленьких детей выполняют затянувшиеся отрицательные эмоциональные состояния. Закрепившись, они начинают регулировать психическую деятельность и поведение ребенка нежелательным образом: приводит к отрицательным представлениям о детях в группе, к отрицанию преимущества совместной игры, недоверию, равнодушию. В более позднем возрасте это может привести к формированию негативной жизненной позиции, а в отдельных случаях – к задержке общего психического развития ребенка.

В раннем детстве для малыша непереносима даже короткая разлука с матерью, поэтому ребенок становится плаксивым, плохо засыпает и просыпается в слезах, а днем старается быть поближе к матери. Страх темноты и одиночества не возникает, если ребенок привык спать еще на первом году жизни в неосвещенной комнате. Страхи проявляются чаще всего перед сном. Поэтому время после ужина должно проходить в атмосфере уюта и покоя. Перед сном неуместны шумные игры, просмотр страшных фильмов и прослушивание страшных сказок. Лучше подходят истории о безобидных существах, добрых и забавных гномах, животных, но не богатые приключениями. Эмоциональный комфорт в семье, внимание к чувствам и переживаниям малыша, готовность прийти на помощь предупреждают детские страхи.

Неоправданно строгая позиция взрослого и неадекватные средства воспитания приводят к перенапряжению нервной системы и создают благоприятную почву для появления страхов. К таким чувствам воспитания относятся угрозы, суровые или телесные наказания (шлепки, удары по рукам, голове, лицу), искусственное ограничение движений, пренебрежение интересами и желаниями малыша и пр. Постоянное запугивание приводит к тому, что дети становятся бессильными, теряют способность рассуждать, переживают острый эмоциональный дискомфорт. Большую роль в возникновении страхов у ребенка играет наличие страхов у самой матери. Помня о своих детских страхах, она непроизвольно ограждает малыша от когда-то пугавших ее объектов, например животных. Так неосознанно формируются тревожные чувства, возникают «наследственные» страхи.

Согласно исследованиям А.И. Захаровапод эмоциональным неблагополучием понимается отрицательное самочувствие ребенка, которое может возникнуть в разных случаях, например при переживании неуспеха в каком-либо виде деятельности, особенно в ситуациях соревнования, иногда при отвращении к определенной пище или в ситуациях жесткой регламентации жизни в детском саду. Однако наиболее устойчивые отрицательные переживания наблюдаются при неудовлетворенности ребенка отношением к нему окружающих людей, особенно воспитателя и сверстников. Острота и длительность этих переживаний свидетельствует об особой значимости для ребенка – дошкольника благополучных взаимоотношений.

В.А. Гурьевой были представлены типы поведения детей с эмоциональным неблагополучием.

По мнению В.А. Гурьевой для эффективных средств воздействия можно условно разделить эмоциональные нарушения на две основные группы. В основе этого деления лежат те сферы жизни ребенка, в которых, прежде всего, проявляется эмоциональное неблагополучие. С одной стороны, оно может проявляться во взаимоотношениях ребенка с другими людьми; с другой – в особенностях внутреннего мира ребенка, в сложности его переживаний и т.д.

Эмоциональное неблагополучие, связанное с затруднениями в общении с другими людьми, может приводить к двум типам поведения.

Первая группа – это дети неуравновешенные, быстро возбудимые. Безудержность эмоций часто бывает причиной дезорганизации их деятельности. При возникновении конфликтов в различных ситуациях взаимодействия со сверстниками эмоции возбудимых людей получают разрядку в бурных аффективных проявлениях: вспышках гнева, громком плаче, отчаянной обиде. В ряде случаев наблюдаются сопутствующие вегетативные изменения: покраснение кожи, усиление потоотделения. Негативные эмоции этих детей могут быть вызваны как серьезными причинами, так и самыми незначительными поводами. Однако, быстро вспыхивая, они также быстро угасают.

Эмоциональное неблагополучие этих детей ситуативно и не приводит к образованию устойчивой негативной позиции. В целом у них преобладает благожелательное отношение к сверстникам, стремление к совместной игре. Эти дети отходчивы, склонны прощать обиды и не придавать значения ссорам.

Вторая группа – дети преимущественно легко «тормозимые», с устойчивым негативным отношением к общению. Как правило, обида, недовольство, неприязнь надолго задерживаются в их памяти, но в проявлении негативных эмоций эта группа детей более сдержана, чем первая.

Дети второй группы избегают общения. Может показаться, что они равнодушны к окружающим, однако наблюдения за ними показывают, как пристально, правда, издалека, следят они за событиями в группе и за отношениями воспитателей и детей.

Эмоциональное неблагополучие этих детей сопряжено с нежеланием посещать детский сад, с неудовлетворенностью отношением к ним воспитателя или детей, недовольством детьми, которым они отказывают в достоинствах. Некоторые особенности внутреннего мира ребенка могут привести к

третьему типу поведения, существенно отличающемуся от двух предыдущих.

Основной чертой детей третьей группы являются их многочисленные страхи. Следует отличать нормальные проявления страха как ведущего проявления эмоционального неблагополучия, связанного со сложностью, неустойчивостью внутреннего мира ребенка.

При нормальном эмоциональном развитии страх бывает связан с какими-либо пугающими предметами, животными, иногда с неопределенностью ситуации. Дети могут испытывать страх с шести-восьми месячного возраста, когда начинают отличать знакомые лица от незнакомых; позже у многих детей обнаруживается болезнь темноты; на некоторых ошеломляюще действуют громкие звуки. Иначе обстоит дело у детей с эмоциональными трудностями. Их страх вначале не связан с какими-либо предметами и проявляется в форме тревоги, беспредметного, беспричинного страха. Если пугливый ребенок попадает в трудную ситуацию, он начинает вести себя непредсказуемым отказом. Тревога непроизвольно «метит» предметы или ситуации, фиксируется на них, и именно их впоследствии ребенок начинает бояться.

Специально организованные занятия по коррекции эмоциональных нарушений проводились с детьми первых «А», «Б» классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида №482. В обучающем эксперименте принимало участие 10 учащихся в возрасте 8-10 лет.

Для преодоления имеющихся у детей отклонений в эмоциональной сфере и поведении использовались следующие психокоррекционные методы:

* игротерапия;
* сказка-терапия.

###### Игротерапия

Игра определяется как, способ выражения чувств, познания и моделирования окружающей ребенка действительности. Игра – это движение, победа, радость, удовольствие… Игра для ребенка – дело серьезное, поэтому и относиться к ней надо соответствующим образом (А.И. Захаров 1997).

Игра, как и рисование, позволяет лучше понять переживания детей, их интересы, потребности, характер, темперамент. Она помогает ребенку приобрести определенные навыки в той или иной деятельности, в том числе и общении, усвоить социальные нормы поведения, доставляет ребенку удовольствие, повышает жизненный тонус, улучшает эмоциональное и физическое состояние. К тому же игра обладает терапевтической функцией, поскольку в ней травмирующие жизненные обстоятельства переживаются в условном, а значит ослабленном виде и, кроме того, происходит их эмоциональное отреагирование.

Как естественный способ выражения «Я», укрепление уверенности в себе игра «будит» активность ребенка, его инициативу и самостоятельность, развивает умение владеть эмоциями и принимать решения. Когда в игре все удается, у детей появляется чувство удовлетворения, эмоциональное насыщение игрой, при неудачах же возникает чувство вины и досады, заставляющее более критически взглянуть на себя и как-то перестроить, измениться.

Известно, что игра представляет собой естественный вид творчества детей, в которой моделируется, отражается доступная пониманию ребенка окружающая действительность. В игре происходит реагирование чувств и желаний, постижение нового опыта социального взаимодействия, развитие воображения и расширения круга общения, приобретают новые знания и умения ( приложение 4).

##### Сказка-терапия

##### Сказка – терапия может широко применяется для детей любого возраста, она не вызывает негативизма к прочитанному, к сверстнику и взрослым. Все школьники с большим удовольствием принимали участие в обыгрывании сказок, не зациклившая своего внимания на негативном, а наоборот, высказывая свое мнение, давали «советы», как бы было правильнее поступить в той или иной ситуации.

##### Может проводиться в любой режимный момент, не зависимо от времени. Школьники с удовольствием высказывали свое мнение не только о произведении в целом, но и о героях, высказывая как положительные эмоции, так и отрицательные. С удовольствием обыгрывали прочитанные произведения, возлагая на себя роль не только положительных «хороших» героев, но и отрицательных.

##### Сказка-терапия может проводилась как на групповых занятиях (уроках), так и во внеурочное время, после основных уроков. Проводится в форме урока-чтения, урока-беседы по прочитанному, сюжетно-ролевой игры, где развиваются не только эмоциональные проявления, но и все психические и познавательные процессы (речь, память, воображение, восприятие, воля…).

Анализ полученных результатов позволяет заключить о том, что отрицательные проявления эмоций детей в полной мере не исчезли, но наличие негативизма в рисунке значительно уменьшилось. Изменилось поведение детей в коллективе.