

Развитие эмоциональной сферы

«История наших чувств формирует
наш характер и определяет нашу судьбу»

Шелдон Роуд

Среди глобальных проблем человечества, наиболее остро заявляющих о себе в новом, XXI веке, особое место занимает психическое и физическое здоровье детей. Многочисленные подходы к решению этой проблемы чаще всего основываются на изучении качества медицинского обслуживания, внутрисемейной атмосферы и отношений ребенка с близкими взрослыми, изучении экологической обстановки, социального окружения, восприимчивости детей к заболеваниям и других внешних факторов.

Эмоции играют важную роль в жизни детей: помогают воспринимать действительность и реагировать на неё. Положительные переживания воодушевляют человека в его творческих поисках и смелых дерзаниях, а отрицательные тормозят процесс развития. Ещё Гиппократ признавал, что решающую роль в понимании внутренних процессов, происходящих в организме, играют эмоции.

Что же такое эмоции?

Термин эмоция произошёл от латинского слова "emoveo" – волну, потрясаю.

В психологической литературе эмоции определяются как те **психические процессы и состояния, которые в форме непосредственного переживания отражают значимость чего-то для жизнедеятельности человека.** Другими словами, эмоции — своеобразный индикатор значимости окружающего для человека. Если слово «значимость» понимать как важность, необходимость, нужду (что уравнивается понятием «потребность»), тогда высказывание «эмоция отражает значимость» будет иметь смысл «эмоция отражает потребность».

Из всех определений одно из самых кратких принадлежит **К. Ланге: «Эмоции – это душевные движения».**

«Эмоция – особая субъективная форма существования и развития потребностей» (С.Л. Рубинштейн)

Таким образом, определение эмоций даётся через указание функции, которая ими выполняется а именно – через функцию субъективной представленности потребностей (т.е. за эмоциями стоят потребности).

Ранний возраст

В этом возрасте ребенок постепенно осваивают экспрессивные формы выражения эмоций – интонацию, мимику, пантомимику, что помогает ему воспринимать эмоции окружающих людей.

Важное значение, в развитии эмоций ребенка, играет познавательная сфера, а именно способность описать словами эмоциональное состояние, что способствует их наиболее полному пониманию [31].

Для формирования базовых эмоций и чувств, сензитивным периодом считается возраст от 0 до 3 лет. Т. А. Крылова и А. Г. Сумарокова отмечают: «гармоничное развитие эмоциональной сферы происходит под влиянием социального окружения, взрослых и в их совместном взаимодействии, а не изолированно, само по себе».

К трем годам эмоциональное развитие ребенка достигает такого уровня, что он может вести себя образцово. Однако то, что дети способны к так называемому «хорошему» поведению, еще не значит, что оно постоянно будет таким. Для ребенка 3-4 лет характерны резкие перепады настроения, его эмоциональное состояние зависит от физического комфорта. Если четырехлетний ребенок очень устал или перенес полный напряжения день, он вполне может начать вести себя так, как ведут себя дети более младшего возраста. Это сигнал взрослому, что в данный момент на ребенка навалилось слишком много. Ему нужны ласка, утешение и возможность некоторое время вести себя так, как если бы он был младше. На настроение малыша 3-4 лет начинают влиять взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Он начинает оценивать поведение окружающих людей, однако эти оценки очень категоричны и ситуативны.

Средний возраст

Уже в возрасте четырех лет, у ребенка формируются своя специфика высшей нервной деятельности, это проявляется в видах и свойствах нервной системы (спокойствие, сдержанность, чувственность и так далее).

К 4 – 5 годам ребенок становится более вынослив физически. Это стимулирует развитие выносливости психологической. Снижается утомляемость, фон настроения выравнивается, становится более стабильным, менее подверженным перепадам.

Ближе к старшему дошкольному возрасту, у ребенка постепенно формируется чувство долга, обязанности и ответственности. Чем старше становится ребенок, тем более осознанно он воспринимает предъявляемые ему требования, их значимость и ответственность за свои действия. Постепенно у ребенка развивается самоконтроль, формируются умения планировать свою деятельность, определять приоритеты и ставить перед собой цели и задачи. По ходу взросления ребенка, его интересы, жизненные приоритеты меняются.

Старший возраст

В этом возрасте происходит первоначальное формирование нравственных качеств личности. В отличие от трех – четырех летнего возраста, когда нравственные качества отсутствуют или играют незначительную роль, в 7 лет вопросы нравственности выходят на первый план, для ребенка становится важным одобрение социального окружения и правила норм поведения.

Со временем, ребенок начинает предугадывать результаты своих эмоциональных реакций и поведения, это является началом формирования антиципации. Это позволяет человеку предугадывать результаты своей деятельности, последствий поведения, реакцию окружающих на его действия. Например, ради того, чтобы сделать приятно маме, ребенок приберет игрушки, хотя ему хочется еще поиграть.

У детей старшего дошкольного возраста чувства господствуют над всеми их сторонами жизни, придавая им особую окраску. Ребенок шести лет, конечно, уже умеет быть сдержанным и может скрыть страх, агрессию и слезы. Но это происходит в том случае, когда это очень и очень надо. Наиболее сильный и важный источник переживаний ребенка – его взаимоотношения с другими людьми, взрослыми и детьми. Потребность "быть хорошим" для окружающих определяет поведение ребенка. Эта потребность порождает сложные многоплановые чувства: ревность, сочувствие, зависть...

Подготовительный к школе возраст

Возраст 7 лет сопровождается более глубоким осознанием своих внутренних переживаний на основе, формирующегося опыта социального общения. В этот период закрепляются позитивные и негативные эмоциональные реакции. Например, различные реакции страха или уверенности в своих возможностях. Таким образом, к старшему дошкольному возрасту у ребенка складываются основные личностные характеристики.

В дошкольном возрасте эмоциональный мир ребенка богаче и разнообразнее. От базовых эмоций (радости, страха) он переходит к более сложной гамме чувств: радуется и сердится, ревнует и грустит. Так же усваивается язык таких чувств, как выражение оттенков переживаний при помощи взглядов, жестов, улыбок, движений, интонаций голоса.

Нарушения умения управлять своими эмоциями и адекватно выражать их, неумение различать и определять эмоции, чувства и эмоциональные состояния других людей, сниженный уровень развития высших эмоций и интеллектуальных чувств, а в целом снижение социального интеллекта и компетентности – все это является примерами проявления несформированности эмоциональной сферы детей с ЗПР.

Проблемы эмоциональной сферы развития нашли своё отражение в отечественной детской и социальной психологии в работах таких учёных, как Л. С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин, М.И. Лисина, Л.И. Божович, а также их учеников и последователей (Я.З. Неверович, Т.И. Репина, Е.О. Смирнова, Л.П. Стрелкова и др.).

Эмоции – особая группа психических процессов и состояний, сопряженных с инстинктами, потребностями и мотивами человека, непосредственно связанных со значимостью происходящих событий и их переживанием в процессе жизнедеятельности. Эмоции считаются одним из главных механизмов саморегуляции психической деятельности и поведения, предназначенных для удовлетворения необходимых потребностей.

К. Изард отмечал в своих работах чувственную и функциональную стороны эмоций: «Эмоция, это нечто, что переживается как чувство, которое мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и действие».

Недоразвитие эмоционально-волевой сферы проявляет себя при переходе ребенка с ЗПР к систематическому обучению. В исследованиях М.С. Певзнер и Т.А. Власовой отмечается, что для детей с ЗПР характерна, прежде всего, неорганизованность, некритичность, неадекватность самооценки. Эмоции детей с ЗПР поверхностны и неустойчивы, вследствие чего дети внушаемы и склонны к подражанию.

Особенности эмоционально-волевой сферы детей с ОВЗ

- сниженная возможность произвольной регуляции поведения
- преобладание стойкой аффективной возбудимости, психическая неустойчивость, такие дети расторможены
- трудности в коммуникации со сверстниками и педагогами
- трудности в усвоении норм и правил поведения в группе
- трудности соблюдения правил в совместных играх со сверстниками
- легко и быстро возбуждаются усталость, утомление
- отказ от продуктивной деятельности бурные эмоциональные реакции
- склонность к агрессии и конфликтам споры с педагогами и детьми
- высокая ранимость, чувствительность стеснительность страхи
- могут тяжело переживать разрыв с матерью
- очень обидчивы и плаксивы часто жалуются педагогам на других детей
- трудности в понимании своих собственных чувств и эмоций и других людей, что влечет проблемы в коммуникации со всеми и особенности игры со сверстниками
- мрачность, безынициативность, подавленность, упрямство, агрессивность

Характерные для детей с ЗПР особенности в эмоциональном развитии

1) нестабильность эмоционально-волевой сферы, что выражается в невозможности на продолжительное время сосредоточиться на ориентированной деятельности. Психологическая причина этого кроется в низком уровне произвольной психической активности;

2) проявление отрицательной характеристики кризисного развития, сложности в процессе установления коммуникативных контактов;

3) возникновение эмоционального расстройства: дети переживают страх, тревожность, имеют склонность к аффективным действиям.

Также детям с ЗПР свойственны симптомы органического инфантилизма: **отсутствия ярких эмоций, низкого уровня аффективно-потребностной сферы, повышенной утомляемости, бедности психических процессов, гиперактивности.** Зависимо от преобладания эмоционального фона возможно выделение двух видов органического инфантилизма: неустойчивого – его отличает психомоторная расторможенность, импульсивность, неспособность к саморегуляции деятельности и поведения, тормозного – его отличает преобладание пониженного фона настроения.

Детей с ЗПР отличает **несамостоятельность, непосредственность**, они не способны к целенаправленному выполнению заданий, контролю своей работы. И как итог их деятельности присущ **низкий уровень продуктивности работы** при учебной деятельности, **нестабильность внимания** при **низком уровне работоспособности** и **низкий уровень познавательной активности**, но с переключением на игру, являющуюся соответственной эмоциональным потребностям, происходит повышение продуктивности.

Дети, имеющие ЗПР, испытывают **сложности активной адаптации**, что препятствует их эмоциональному комфорту, а также равновесию нервных процессов: торможение и возбуждение. Эмоциональный дискомфорт приводит к снижению активности познавательной деятельности, влечет стереотипные действия. Изменение эмоционального состояния, а также вслед за тем познавательной деятельности приводит доказательство единству эмоций и интеллекта.

Следовательно, возможно выделение ряда существенных особенностей, присущих эмоциональному развитию детей с ЗПР: незрелости эмоционально-волевой сферы, органического инфантилизма, нескоординированности эмоциональных процессов, гиперактивности, импульсивности, склонности к аффективным вспышкам.

Характерные для детей с интеллектуальной недостаточностью (УО) особенности в эмоциональном развитии

Одной из важных характеристик личности ребёнка с умственной отсталостью является незрелость его эмоциональной сферы. Наряду со специфичным развитием психики происходит своеобразное развитие эмоциональной сферы ребёнка, проявляющееся, прежде всего, в незрелости. Незрелость эмоций и чувств ребёнка с умственной отсталостью обусловлена в первую очередь особенностями развития его потребностей, мотивов и интеллекта. Симптомами нарушения эмоциональной сферы являются **раздражительность, повышенная возбудимость, двигательное беспокойство, неусидчивость, отсутствие опосредованной мотивации**. В отличие от нормального школьника, у ребёнка с нарушением интеллекта **не происходит формирование социальных чувств**. Кроме того, у детей с нарушением интеллекта часто бывают неадекватные воздействиям эмоции и чувства. У одних детей наблюдается чрезмерная лёгкость и поверхностная оценка серьёзных жизненных событий.

Слабость мысли, интеллекта умственно отсталого ребёнка и незрелость, примитивность мотивационно-потребностной сферы тормозят у них формирование высших чувств.

У ребёнка **очень слабо развиты потребности в новых впечатлениях, любознательность, познавательные интересы, мало выражены побуждения к осуществлению новых видов деятельности**. Его деятельность и поведение подвержены влиянию непосредственных, ситуативных побуждений внешних воздействий.

Для эмоциональной сферы умственно отсталого ребёнка характерны малодифференцированность, бедность переживаний. Как отмечает С.С. Ляпидевский и Б.И. Шостак, его **"чувства однообразны, неустойчивы, ограничиваются двумя крайними состояниями (удовольствие или неудовольствие), возникают только при непосредственном воздействии того или иного раздражителя"**.

Вместе с тем отмечается **живость эмоций** у ребёнка – олигофрена (приветливость, доверчивость, оживленность), наряду с поверхностностью и непрочностью. Такие дети легко переключаются с одного переживания на другое, проявляют несамостоятельность в деятельности, лёгкую внушаемость в поведении и играх, следуют за другими детьми.

Список литературных источников:

1. Бехтерев, В. М. Проблемы развития и воспитания человека [Текст]: детская психология / В. М. Бехтерев. – М.: МОДЭК, 2010 – 416 с.
2. Блинова, Л. Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с задержкой психического развития [Текст] : учебное пособие / Л. Н. Блинова.– М.: НЦ ЭНАС, 2001 – 136 с.
3. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л. И. Божович. – СПб.: Питер, 2008 – 215 с.
4. Борякова, Н. Ю. Ступеньки развития. Ранняя диагностика и коррекция задержки психического развития у детей [Текст] : учебно-метод. пособие / Н. Ю. Борякова. – М.: Гном-Пресс, 1999 – 56 с.
5. Вартанян Г.А. Эмоции и поведение [Текст] Г. А. Вартанян, Е. С. Петров. – Ленинград.: Наука, Ленинградское отделение, 1989 – 144 с.
6. Вимонас, В. К. Психология эмоциональных явлений [Текст] /В. К. Вимонас. – М.: Просвещение, 2006 – 132 с.
7. Власова, Т. А. О детях с отклонениями в развитии [Текст] /Т. А. Власова, М. С. Певзнер. – М.: Просвещение, 1995 – 341 с.
8. Волков, Б. С. Психическое развитие ребенка до поступления в школу [Текст]: детская психология / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. – М.: Кноракс, 2008 – 189 с.
9. Выготский, Л. С. Развитие высших психических функций [Текст]/ Л. С. Выготский. – М.: Просвещение, 1988 – 500 с.
10. Гамезо, М. В. Старший дошкольник и младший школьник: Психодиагностика и коррекция развития [Текст] / М. В. Гамезо, В. С. Герасимова, Л. М. Орлова. – Воронеж: Феникс, 2009 – 192 с.
11. Давыденко, О. А. Психолого-педагогическая деятельность с детьми с задержкой психического развития младшего школьного возраста [Текст] / О. А. Давыденко. – М.: Олма-Пресс, 2004 – 206 с.
12. Дубровина, И. В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми [Текст] / И. В. Дубровина. – М.: Просвещение, 2002 – 211 с.
13. Зеньковский, В. В. Психология детства [Текст] В. В. Зеньковский. – Екатеринбург: Наука, 2009 – 315 с.
14. Изард, К. Э. Психология эмоций [Текст] / К. Э. Изард. – СПб.:Питер, 2007 – 464 с.
15. Карпова, Г.З. Мир чувств и эмоций дошкольника. Воспитатель дошкольного образовательного учреждения -2011. –N 8.-С.119-121.
16. Коломинский Я.Л. Детская психология [Текст]/Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – Минск. : Мир Науки, 2009 – 285 с.
17. Крылова, Т. А. Чувства всякие нужны, чувства всякие важны. Программа эмоционально-волевого развития детей 4-5 лет [Текст] / Т. А. Крылова, А. Т. Сумарокова. – М. : Сфера ; СПб. : Речь, 2011 – С. 30-32.
18. Кузнецова, Л. В. Основы специальной психологии [Текст] : учебное пособие / Л. В. Кузнецова, Л. И. Переслени, Л. И. Солнцева и др. ; под ред. Л. В. Кузнецовой. – М. : Академия, 2002 – 480 с.
19. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология. Развитие ребёнка от рождения до 17 лет [Текст] : уч. пособие / И. Ю. Кулагина. – М. : Педагогика, 2008 – 301 с.

20. Леонтьев, А. Н. Потребности, мотивы и эмоции [Текст] /А. Н. Леонтьев. – М. : МГУ, 1971 – 40 с.
21. Лубовский, В. И. Задержка психического развития [Текст] /В. И. Лубовский // Специальная психология / под ред. В. И. Лубовского. –М. : Академия, 2003 – 206 с.
22. Люблинская, А. А. Детская психология [Текст] : учеб. пособие /А. А. Люблинская. – М. : Психология, 2006 – 206 с.
23. Марцинковская, Т. Д. Диагностика психического развития детей. [Текст] / Т. Д. Марцинковская. – М. : Просвещение, 2009 – 125 с.
24. Мастюкова, Е. М. Ребёнок с отклонениями в развитии: ранняя диагностика и коррекция [Текст] / Е. М. Мастюкова. – М. : Просвещение, 1992 – 95 с.
25. Певзнер, М. С. Клиническая характеристика детей с задержкой психического развития [Текст] / М. С. Певзнер // Дефектология. – М. :Просвещение, – 1980 – Ч. 3 – С. 92-100.
26. Певзнер, М. С. Клиническая характеристика детей с задержкой психического развития [Текст] / М. С. Певзнер // Дефектология. – 1972 – Ч. 3 – С. 8-14.
27. Петрова В.Г. Психология умственно отсталых школьников: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений/В.Г. Петрова, И.В. Белякова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2004 г. – 160 с.
28. Петрова В.Г., Белякова И.В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? [Текст] / В.Г. Петрова, И.В. Белякова — М., 1998.
29. Рояк, А. А. Эмоциональное благополучие ребенка, в группе детского сада [Текст] / А. А. Рояк // Дошкольное воспитание. – М. : Знание, 1977 – № 2 – С. 48-51.
30. Рубинштейн С.Я. Психология умственно отсталого школьника.[Текст] / С.Я. Рубинштейн — М., 1986.
31. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст [Текст] / Н. Я. Семаго, М. М. Семаго. – М. : Айрис-пресс, 2005– 46 с.
32. Сенсорное воспитание [Текст] / Под ред. Н. Н. Подъякова, В. Н. Аванесовой. – М. : Просвещение, 1981 – 192 с.
33. Стребелева, Е. А. Специальная дошкольная педагогика [Текст] :учеб. пособие / Е. А. Стребелева, А. Л. Венгер, Е. А. Екжанова, и др. ; под ред. Е. А. Стребелевой. – М. : Академия, 2001 – 312 с.
34. Ульenkова, У. В. К проблеме ранней компенсации ЗПР [Текст] /У. В. Ульenkова // Дефектология. –М. : Просвещение, – 1980 – Ч. 1– С. 120-125.
35. Ульenkова, У. В. Психологические особенности дошкольников с ЗПР и коррекционная работа с ними [Текст] : автореф. дис. ... д-ра псих. наук/ У. В. Ульenkова. – Горький : [б. и.], 1983 – С. 8-12.
36. Фадина, Г. В. Диагностика и коррекция задержки психического развития детей старшего дошкольного возраста [Текст] : учеб.-метод. пособие / Г. В. Фадина. – Балашов. : Николаев, 2008 – 296 с.
37. Филиппова, Н. В. Современный взгляд на задержку психического развития [Текст] / Н. В. Филиппова, Ю. Б. Барыльник, А. С. Исмаилова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований.– 2015 – № 10 (2). – С. 256-262.
38. Хомская, Е. Д. Мозг и эмоции (нейропсихологическое исследование) [Текст] / Е. Д. Хомская, Н. Я. Батова. – М. : Букинист, 1998 – 268 с.