Всероссийская научно-образовательная конференция

ДОКЛАД

На тему: Психолого-педагогическая коррекция эмоциональной сферы детей и подростков в образовательной организации, осуществляющей учебно-воспитательную деятельность в соответствии с требованиями ФГОС

Выполнила: педагог-психолог Ампилогова А.С.

2021г.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ…………………………………………………………………3

1. Эмоционально – волевые нарушения у детей и подростков и их причины………………………………………………………………….5
2. Методы коррекции негативных эмоциональных состояний у детей..7
3. Заключение…………………………………………………………….13
4. Список литературы……………………………………………………14

ВВЕДЕНИЕ

В современном обществе успешность человеческой жизни определяется не только интеллектуальной, но и эмоциональной сферой. Так называемый эмоциональный интеллект несет на себе функцию приспособления к действительности. Недостатки эмоционального развития детей и подростков препятствуют нормальному личностному развитию, эффективной социализации детей и подростков.

Сегодня актуализируется проблема дезадаптации, девиантного и аддиктивного поведения несовершеннолетних. В одних случаях можно наблюдать эмоциональную нечувствительность детей к происходящим вокруг событиям и к чувствам окружающих людей; в других – бурные и неконструктивные эмоции в ответ на реальные жизненные ситуации и при решении задач в условиях совместной деятельности.

Изучение эмоциональной сферы детей и подростков в последнее время занимает очень большое место в отечественной и зарубежной науке, исследованием в данной области занимались Реан А.А., Казанской В.Г., Ивановой Е.С., Подольского А.И., Вачкова И.В., Ильина Е.П., Гиппенрейтер Ю.Б. и др.

Неадекватные стратегии поведения приводят к школьной и социальной дезадаптации и требуют коррекции. Конструктивные способы решения проблем направлены на активное преобразование ситуации, на преодоление травмирующих обстоятельств, в результате чего возникает чувство роста собственных возможностей, усиление себя как субъекта собственной жизни.

Поиск эффективности мер профилактики и коррекции предполагает определение и выявление причин тех или иных нарушений детей и подростков, а также роли образовательных институтов в решении задач предупреждения отклонений в поведении и эмоциональной сфере, анализ полученной информации, составление плана коррекционной и консультационной работы, выработка рекомендаций, а в дальнейшем - анализ результатов выполнения плана решения проблемы, развития ребенка.

Цель - изучение эмоциональных состояний несовершеннолетних и возможных путей коррекции.

Объект - негативные эмоциональные переживания детей и подростков

Предмет – возможности коррекции эмоциональных состояний детей и подростков

**Глава 1** Эмоционально – волевые нарушения у детей и подростков и их причины.

Несформированность эмоционально-волевой сферы проявляется:

1. поведенческом – в виде инфантильных черт личности, негативного самопредъявления, нарушения умения управлять своими эмоциями и адекватно выражать их;
2. социальном – в виде нарушений эмоциональных контактов, низкого уровня сформированности мотивов установления и сохранения положительных взаимоотношений с взрослыми и сверстниками, дезадаптации;
3. коммуникативном – в виде несформированности умений устанавливать и поддерживать конструктивный уровень общения, понимать и адекватно оценивать сообразно ситуации состояние и чувства собеседника;
4. интеллектуальном – в виде неумения различать и определять эмоции и эмоциональные состояния людей, трудностей в понимании условности (неочевидного смысла) ситуации, трудностей в понимании взаимоотношений между людьми, сниженного уровня развития высших эмоций и интеллектуальных чувств (чувства прекрасного, радость познания и открытия, чувство юмора), а в целом в снижении социального интеллекта и компетентности.

Часто встречающиеся проявлениями эмоциональных нарушений:

1. общая тревожность, а также наличие страхов и излишняя боязливость;
2. эмоциональная истощаемость;
3. агрессия, причем порой беспричинная;
4. проблемы в общении и взаимодействии с другими детьми или взрослыми;
5. депрессия.

Причины эмоциональных-волевых нарушений:

1. Перенесенные в детстве заболевания и стрессы;
2. Особенности физического и психоэмоционального развития ребенка, в том числе задержки, нарушения или отставания в интеллектуальном развитии;
3. Микроклимат в семье, а также особенности воспитания;
4. Социально-бытовые условия проживания ребенка, его близкое окружение.

В развитии эмоционально-волевой сферы выделяют расстройства настроения, расстройства поведения, нарушения психомоторики. Расстройства настроения можно условно разделить на 2 вида: с усилением эмоциональности и ее понижением. К первой группе относятся такие состояния, как эйфория, дисфория, депрессия, тревожный синдром, страхи. Ко второй группе относятся апатия, эмоциональная тупость.

Забозлаева И.В. считает, что депрессию сложно распознать, поскольку она часто сопровождается другими, более заметными нарушениями, например, поведенческими расстройствами и соматовегетативными проявлениями. В поведении прежде общительные, живые и разговорчивые, дети становятся одинокими, замкнутыми, теряют интерес к прежним увлечениям. Возникают трудности в социальном взаимодействии («социальная заторможенность»), прогулы в школе и избегание школьных мероприятий Казанская В.Г. отмечает, что раньше предполагалось, будто дети не могут впадать в депрессию, потому что у них отсутствуют когнитивные и эмоциональные предпосылки. Причины возникновения депрессивных состояний ребенка разные – от реакций на стрессовые ситуации до стойких страхов нарушить социальное поведение

К расстройствам поведения можно отнести гиперактивность и агрессивное поведение: нормативно-инструментальная агрессия, пассивно - агрессивное поведение, инфантильная агрессивность, защитная агрессия, демонстративная агрессия, целенаправленно враждебная агрессия.

В психологии трактуется по-разному термин «агрессия». Ардашева С.В. определяют агрессию как целенаправленное деструктивное поведение, которое противоречит правилам и нормам сосуществования в обществе людей, наносящее вред объектам нападения (неодушевленным и одушевленным), вызывающее у людей психологический дискомфорт или причиняющее физический ущерб.

Р. Фрэнкин отмечает, что в повседневной жизни слово «агрессия» используется не только для социально неприемлемого поведения, но и для социально приемлемого поведения, относя к последнему конкурентную борьбу или стремление спортсмена стать лидером в команде. Отсюда он определяет агрессию как «готовность к физическим и психологическим действиям, направленным на причинение вреда другим людям, чтобы контролировать их поведение»

**Глава 2** Методы коррекции негативных эмоциональных состояний у детей.

Психолого-педагогическая коррекция эмоционально-волевой сферы у обучающихся - это рационально организованная система психологических воздействий. Основными направлениями психологической коррекции эмоционально-волевой сферы являются:

• смягчение эмоционального дискомфорта у детей;

• повышение активности и самостоятельности;

• устранение личностных реакций, которые вызваны эмоциональными нарушениями, такими, как тревожность, агрессия, повышенная возбудимость;

• формирование эмоциональной устойчивости и саморегуляции, коррекция уровня самооценки, самосознания.

Р. Урсано, С. Зонненберг и С. Лазар выделяют следующие функции психолога в соответствии с психодинамическим подходом: организация эмпатического общения, сопереживания, обеспечение переживания ребенком чувства собственного достоинства, создание атмосферы принятия ребенка и всех его продуктивных проявлений, а также демонстрация конструктивных способов деятельности и оказание необходимой технической поддержки.

В настоящее время разработаны различные методы психологической коррекции эмоциональных расстройств у детей, которые можно разделить на две группы: основные и специальные. К основным методам психологической коррекции эмоциональных расстройств относятся те методы, которые являются базовыми в психодинамическом и поведенческом подходах. К ним относятся игротерапия, арт-терапия, психогимнастика, поведенческий тренинг.

Формирование умения контролировать выражение эмоций, ориентируясь на социальные нормы, изначально начинает складываться в игровой деятельности дошкольников. И.Н. Чакова, принимая данный факт во внимание, в работе с младшими школьниками предлагает использовать методы, применяемые педагогами и психологами дошкольного образования, но адаптированные к младшему школьному возрасту. Такими методами являются игра, моделирование или игровое проигрывание ситуаций, театрализация и этюды. Игры, уступив место учебному виду деятельности, вовсе не исчезают из жизни младших школьников и могут служить эффективным средством освоения новых навыков. Смысл метода моделирования и игрового проигрывания ситуаций состоит в обыгрывании конца истории так, как дети считают нужным. В то же время происходит сознательное сравнение младшими школьниками своих реальных действий с привычными стандартами.

К арттерапии относятся сказкотерапия, куклотерапия, музыкотерапия, танцевально-двигательную терапя и т.д. Эффективность этих методов достигается путем отождествления субъекта с персонажами произведения или автором, их эмоциональными переживаниями, которое позволяет осознать эмоции, понять их причины, найти конструктивные способы разрешения ситуации, а также получить заряд позитивной энергии. Арттерапия способствует высвобождению негативных эмоций, их выражению, объяснению и переработке вытесненных переживаний. Поэтому художественное произведение следует подбирать с учетом текущего эмоционального состояния ребенка. Арттерапия бывает в пассивной форме, когда произведения воспринимаются или интерпретируются, и в активной - когда ребенок сам создает свой продукт творчества, который позволяет ему невербально выразить свое эмоциональное состояние и таким образом снять внутреннее напряжение [8].

Такой метод как психогимнастика способствует формированию умений снижать психоэмоциональное напряжение и осуществлять самоконтроль эмоционального состояния. Ряд ученых, такие как Е.А. Алябьева, Г. Бардиер, и М.И. Чистякова предлагают занятия, в которых основной упор делается на обучение элементам выразительных движений, на использование выразительных движений в воспитании высших чувств и на приобретении навыков саморасслабления. За счёт работы мышц лица и тела происходит разрядка эмоционально напряжения, наличие которого дети в силу своего возраста не осознают, поэтому включение данного упражнения крайне необходимо. При произвольном воспроизведении выразительных движений у школьников в свою очередь происходит актуализация соответствующих эмоций и связанных с ними значимых воспоминаний о неотреагированных ранее переживаниях, что позволят выйти на первопричину нервного напряжения.

Также, психогимнастика изображает некий образ фантазии, наполненный эмоциональным содержанием. Психогимнастические упражнения используют механизм психофизического эмоционального единства. Каждое занятие по психогимнастике состоит из серии этюдов и игр, коротких, разнообразных и доступных по содержанию. В этом случае используется метод от простого к сложному - концентрический метод. В психогимнастических упражнениях важно соблюдать последовательность - чередование и сопоставление противоположных по характеру движений (напряженных и расслабленных, резких и плавных, частых и медленных, дробных и цельных, едва заметных движений и совершенных застываний, вращений тела и прыжков, свободного продвижения в пространстве и столкновения с предметами), сопровождаемых попеременно мышечным расслаблением и напряжением [9].

К специальным методам относятся тактико-технические методы психокоррекции, направленные на устранение имеющегося дефекта с учетом индивидуально-психологических факторов. Эти две группы методов связаны друг с другом [8].

При выборе методов психокоррекции эмоциональных нарушений необходимо учитывать следующие факторы:

1) Психологические, в том числе личностные особенности ребенка, особенности внутриличностных и межличностных конфликтов, особенности семейных отношений;

2) Педагогические факторы - уровень развития игровой деятельности, социальной компетентности, особенности педагогической деятельности взрослых, окружающих ребенка;

3) Клинические факторы, отражающие особенности перинатального онтогенеза, особенности соматовегетативных и двигательных дисфункций, сопровождающих эмоциональные расстройства в дошкольном возрасте.

Важно проанализировать конкретную направленность конфликта, определяющую эмоциональное неблагополучие ребенка. В случае внутриличностного конфликта целесообразно использовать игровые методы психокоррекции, психоаналитические методы и методы семейной психокоррекции. При преобладании межличностных конфликтов применяется групповая психокоррекция, направленная на улучшение межличностных отношений, психорегулирующие тренировки с целью выработки навыков самоконтроля поведения и смягчения эмоционального напряжения. Вместе с тем, немаловажным является тот факт, что для того, чтобы работа по коррекции эмоционально-волевой сферы была максимально эффективной, необходимо также учитывать тот факт, что занятие должно иметь определенную структуру с включением в себя разнообразных по интенсивности физической активности видов деятельности младших школьников [5].

Н.П. Слободяник считает, что занятие не должно превышать 40 минут (время одного школьного урока, которое считается оптимальным для данной возрастной группы), количество человек в группе - 10-12, а оптимальная периодичность встреч - 1-2 раза в неделю. Необходимо соблюдать последовательность, взаимную преемственность тем и учитывать время на закрепление приобретенных навыковх [7]. М.И. Чистякова в отношении организации занятий отмечает, что не имеет смысла составлять группу по одному какому-то признаку, а также и такие немаловажные аспекты, как наличие более одного гиперактивного, аутичного или склонного к истерическим реакциям ребенка. Чтобы вызвать эффект эмоционального заражения, рекомендуется включать в группу по одного-двух детей с хорошими артистическими способностями.

В коррекции эмоционально-волевой сферы важными являются также содержание и структура самого занятия. Л.Р. Мутагарова рекомендует следующую структуру занятия: в вводной части занятия использовать элементы методов активного обучения с целью эмоционального настроя на урок, развития тактильного общения и доверия друг к другу. На этапе сообщения цели и задач следует актуализировать внимание на ощущениях, связанных с настроением, делать установку на создание собственного положительного настроения с помощью мимики. Сюда же можно включить короткое освещение теоретического материала. В практической части занятия целесообразно использовать статичные, динамичные и ролевые задания. Также обязательно включить мимические упражнения, дыхательную гимнастику, ритмопластику, подвижные игры с применением «сюжетной визуализации». В заключительной части рекомендуется использовать упражнения на восстановление дыхания, делать анализ проведенных игр и рефлексию [4].

Нарушение эмоционально – волевой сферы у детей и подростков необходимо лечить комплексно, учитывая психологическую и физиологическую симптоматику. Психолог проводит комплексную психодиагностику, психологическую коррекцию, врач невропатолог, психиатр, эндокринолог и др. при необходимости диагностируют заболевания, занимаются профилактикой и лечением.

На данный момент различными авторами разработаны не только рекомендации, но и программы с конспектами занятий, которые помогут психологу в коррекции эмоциональной сферы детей и подростков в образовательной организации, осуществляющей учебно-воспитательную деятельность в соответствии с требованиями ФГОС [6]

**Заключение**

Анализ психологической литературы показал, что в распоряжении у специалистов на сегодняшний день имеется большой запас методик, необходимых для психолого-педагогической коррекции эмоциональной сферы детей и подростков. В помощь психологам разработаны и опубликованы программы и конспекты занятий, которые необходимо внимательно изучить и в дальнейшем использовать в работе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Акопян, Л. С. Психология эмоциональных состояний и их регуляция у детей младшего школьного возраста: на материале детских страхов) : автореф. дисс. д-ра психолог. наук : 19.00.07 / Л.С. Акопян ; Повол. гос. социал-гуман. акад. - Самара, 2011. - 53 с.
2. Битянова, М. Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / М. Р. Битянова ; - Санкт-Петербург : Питер, 2013. - 304 с
3. Досаева, Р. Н. Современные подходы к проблеме коррекции эмоциональных состояний школьников / Р. Н. Досаева // Психология: традиции и инновации: материалы Международной научной конференции. - 2012. - С. 108-114
4. Каика, В. А. Теоретические основы развития эмоций у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии. Подходы исследователей к изучению эмоций в отечественной и зарубежной психологии / В. А. Каика // Молодой ученый. - 2016. - №6. - С. 691-695.
5. Мамедова, Л. В., Павлова, В. А. Диагностика развития эмоционально-волевой сферы у детей младшего школьного возраста / Л. В. Мамедова, В. А. Павлова // World science: Problems and Innovations. - 2018. - С. 246-248
6. Работа с подростками девиантного поведения\ Поведенческие программы, социально-психологические тренинги/ авт.-сост И.А. Устюгова. – Изд. 2-е – Волгоград: «Учитель» - 148 с.
7. Слободяник, Н. П. Формирование эмоционально-волевой регуляции у учащихся начальной школы: 60 конспектов занятий: Практическое пособие / Н. П. Слободяник ; - Москва : Айрис-Пресс, 2004. – 176 с.
8. Талипова, О. А., Куликова, И. Ю. Психолого-педагогическое сопровождение младших школьников с нарушениями эмоционально-волевой сферы / О. А. Талипова, И. Ю. Куликова // Инновационные методы профилактики и коррекции нарушений развития у детей и подростков: Межпрофессиональное взаимодействие: сборник материалов I Международной междисциплинарной научной конференции. - 2019. - С. 380- 383.
9. Чакова, И. Н. Работа педагогов по формированию эмоциональной культуры в условиях образовательной преемственности / И. Н. Чакова // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова: Педагогика. Психология. - 2013. - №2. - С. 82.