**Эмоциональная сфера детей с ЗПР**

Эмоциональная сфера личности – это совокупность особых психических состояний, проявляющихся в субъективных отношениях, переживаниях и в экспрессивно-коммуникативном поведении.

Для нормальной жизнедеятельности и развития в социуме большое значение имеет эмоционально волевая сфера личности. Эмоции и чувства играют очень важную роль в жизни человека.

Эмоционально-волевая сфера личности включает в себя два взаимосвязанных понятия, одним являются человеческие эмоции и чувства, а другим - воля. Эти формы психического отражения свойственны всем живым существам. И выражаются во внутренних переживаниях, и в виде телесных проявлений.

Воля – способность, которая проявляется во время регулирования своей деятельности. С рождения человек ей не обладает, так как, в основном, все его действия основаны на интуиции. По мере накопления жизненного опыта начинают проявляться волевые действия, которые становиться все сложнее. Важно то, что человек не просто узнает мир, а и пытается каким-то образом подстроить его под себя. Именно это и есть волевые действия, которые являются очень важными показателями в жизни.

Чувства – одна из основных форм эмоционального переживания человеком своего отношения к предметам, событиям, другим людям.

Эмоциями называются такие психические процессы, в которых человек переживает свое отношение к тем или иным явлениям окружающей действительности; в эмоциях получают свое субъективное отражение также различные состояния организма человека, его отношение к собственному поведению, к самому себе и окружающим.

Простые эмоции. Вызываются непосредственным действием на организм тех или иных объектов, связанных с удовлетворением первичных потребностей. Цвета, запахи, вкус и др. бывают приятными и неприятными, могут вызывать удовольствие или неудовольствие. Эмоции, непосредственно связаны с ощущениями, называются эмоциональным тоном.

Сложные эмоции. В процессе жизни и деятельности человека элементарные переживания превращаются в сложные эмоции, связанные с пониманием их объектов, осознанием их жизненного значения.

К сложным видам эмоциям принадлежат интерес, удивление, радость, страдание, горе, депрессия, гнев, отвращение, пренебрежение, враждебность, страх, тревога, стыд и тому подобное.

Виды сложных эмоций:

1.Интерес (как эмоция) – форма проявления познавательной потребности, которая обеспечивает направленность личности, осознания ею цели деятельности; эмоциональное проявление познавательных потребностей личности.

2. Удивление не имеет четко выраженного позитивного или отрицательного признака. Это эмоциональная реакция на внезапные обстоятельства, что порождается резким увеличением нервной стимуляции. Внешней причиной удивления является внезапное, неожиданное событие.

3. Радость - это положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность, что чувствуется после какого творческого или социально значимого действия.

4. Страдания - негативное эмоциональное состояние, связанное с полученной информацией о невозможности удовлетворение важных жизненных потребностей, которое до этого момента представлялось более или менее возможным, чаще всего проявляется в форме эмоционального стресса.

5. Пренебрежение связано с чувством преимущества.

6. Враждебность определяется как комбинация фундаментальных эмоций гнева, отвращения, пренебрежения. Иногда, хотя и не всегда, она включает обиды или мысли о причинении вреда объекту враждебности.

7. Страх - отрицательное эмоциональное состояние, которое возникает в случае получения субъектом информации о возможном причинения вреда его жизненному благополучию, реальную или воображаемую угрозу.

8. Стыд – негативное состояние, которое проявляется в осознании несоответствия субъективных мнений, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и личным представлениям о поведении и внешности.

К формам проявления эмоций относят:

Аффект - это сильное и относительно кратковременное эмоциональное переживание человека, который возникает внезапно и сопровождается резкими двигательными изменениями и изменениями состояния внутренних органов. Примерами аффекта могут быть неожиданная сильная радость, взрыв гнева, приступ страха и т.д.

Стресс - это состояние психического напряжения, возникающее у человека как в процессе деятельности так и в повседневной жизни, так и в особо сложных ситуациях. В случае большой стрессовой нагрузки человек проходит три стадии: сначала ему очень тяжело, потом он привыкает и появляется "второе дыхание" и, наконец, теряет силы и должен завершить деятельность.

Настроение - это общее эмоциональное состояние человека, что характеризует ее жизненный тонус в течение определенного времени. Оно является производным от тех эмоций, которые испытывает человек. Настроение часто возникает как отголосок сильной эмоции, пережитой человеком. Предпочтение определенной эмоции предоставляет настроение соответствующей окраски.

Страсть - это устойчивые и длительные чувства, связанные с устойчивым стремлением человека к определенному объекту. В форме страсти часто проявляется любовь человека к другим людям, к науке, искусству, спорту, другой деятельности.

Детские психологи особенный акцент делают на утверждении, что развитие личности ребёнка, может гармонично происходить только при достаточном доверительном общении с близкими взрослыми.

Основными причинами нарушений являются:

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.

Традиционно выделяются три группы факторов, приводящих к возникновению эмоциональных нарушений у детей и подрост­ков: биологические, психологические и социально-психологические.

Биологические предпосылки эмоциональных нарушений включают в себя генетические факторы. К биологическим факторам, предрасполагающим к возникно­вению эмоционального неблагополучия у ребенка можно отнести соматическую ослабленность вследствие частых заболеваний. Она способствует возникновению различных реактивных состояний и невротических реакций.

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

Основные внешние проявления выглядят следующим образом:

Эмоциональная напряжённость. При повышенной эмоциональной напряжённости, кроме общеизвестных проявлений также ярко могут быть выражены затруднения в организации умственной деятельности, снижение игровой активности, характерной для конкретного возраста.

Быстрое психическое утомление ребёнка по сравнению со сверстниками или с более ранним поведением выражается в том, что ребёнку сложно сосредотачиваться, он может демонстрировать явное негативное отношения к ситуациям, где необходимо проявление мыслительных, интеллектуальных качеств.

Повышенная тревожность. Повышенная тревожность, кроме известных признаков, может выражаться в избегании социальных контактов, снижении стремления к общению.

Агрессивность. Проявления могут быть в виде демонстративного неповиновения взрослым, физической агрессии и вербальной агрессии. Также его агрессия может быть направлена на самого себя, он может причинять боль себе. Ребёнок становится непослушными и с большим трудом поддаётся воспитательным воздействиям взрослых.

Отсутствие эмпатии. Эмпатия — способность чувствовать и понимать эмоции другого человека, сопереживать. При нарушениях эмоционально-волевой сферы этот признак, как правило, сопровождается повышенной тревожностью. Неспособность к эмпатии также может являться тревожным признаком психического расстройства или задержки интеллектуального развития.

Неготовность и нежелание преодолевать трудности. Ребёнок вялый, с неудовольствием контактирует со взрослыми. Крайние проявления в поведении, могут выглядеть как полное игнорирование родителей или других взрослых — в определённых ситуациях ребёнок может сделать вид, что не слышит взрослого.

Низкая мотивация к успеху. Характерным признаком низкой мотивации к успеху является стремление избегать гипотетических неудач, поэтому ребёнок с неудовольствием берётся за новые задания, старается избежать ситуаций, где есть даже малейшие сомнения в результате. Очень сложно уговорить его попробовать что-либо сделать. Частым ответом в этой ситуации является: «не получится», «не умею». Родители это ошибочно могут истолковывать как проявления лени.

Выраженное недоверие к окружающим. Может проявляться как враждебность, зачастую сопряжённая плаксивостью, дети школьного возраста могут проявлять это как чрезмерную критичность к высказываниям и поступкам как сверстников, так и окружающих взрослых.

Чрезмерная импульсивность ребёнка, как правило, выражается в слабом самоконтроле и недостаточной осознанности своих действий.

 Избегание близких контактов с окружающими людьми. Ребёнок может отталкивать окружающих замечаниями, выражающими презрение или нетерпение, дерзостью и т.п.

Типичные для детей с ЗПР особенности в эмоциональном развитии:

1) неустойчивость эмоционально-волевой сферы, что проявляется в невозможности на длительное время сконцентрироваться на целенаправленной деятельности. Психологической причиной этого является низкий уровень произвольной психической активности;

2) проявление негативных характеристик кризисного развития, трудности в установлении коммуникативных контактов;

3) появление эмоциональных расстройств: дети испытывают страх, тревожность, склонны к аффективным действиям.

Также детям с ЗПР присущи симптомы органического инфантилизма: отсутствие ярких эмоций, низкий уровень аффективно-потребностной сферы, повышенная утомляемость, бедность психических процессов, гиперактивность. В зависимости от преобладания эмоционального фона можно выделить два вида органического инфантилизма: неустойчивый — отличается психомоторной расторможенностью, импульсивностью, неспособностью к саморегуляции деятельности и поведения, тормозной — отличается преобладанием пониженного фона настроения.

Можно выделить ряд существенных особенностей, характерных для эмоционального развития детей с ЗПР: незрелость эмоционально-волевой сферы, органический инфантилизм, нескоординированность эмоциональных процессов, гиперактивность, импульсивность, склонность к аффективным вспышкам.

Дети с ЗПР эмоционально неустойчивы, лабильны, внушаемы и несамостоятельны. Они часто пребывают в состоянии тревоги, беспокойства, аффекта. Им присущи частые смены настроения и контрастность в проявлении эмоций. Может наблюдаться неадекватная жизнерадостность и подъем настроения. Дети с ЗПР не могут охарактеризовать свое эмоциональное состояние, затрудняются при идентификации эмоций окружающих, часто бывают агрессивными. Таким детям присуща заниженная самооценка, неуверенность, привязанность к кому-то одному из сверстников.