Консультация для педагогов
«Эмоциональные состояния учащихся с ОПФР. Факторы эмоциональной напряженности и характеристика эмоциональных нарушений»

Разработали
педагоги-психологи УО ГГК БОН
А.В.Садовская
О.В.Левченко

Цель: повышение компетентности педагогов в вопросах эмоционального состояния учащихся с ОПФР.

Задачи:

1. Разъяснять педагогам типичные эмоциональные проявления у подростков с ОПФР.
2. Учить педагогов выявлять факторы эмоциональной напряженности в учебной среде и способам снижения эмоционального напряжения учащихся.

План консультации

1. Психопросвещение об «эмоциональной жизни» и эмоциональных нарушениях подростков с ОПФР.

2. Рекомендации по снижению эмоционального напряжения у подростков с ОПФР.

Ход консультации:

1. Психопросвещение об «эмоциональной жизни» и эмоциональных нарушениях подростков с ОПФР.

Эмоции могут многое рассказать о человеке. Первое, на что обращает внимание учитель 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. Связывая эмоции и поступки ребенка в единое целое, педагог может составить представление о характере, духовно-культурном потенциале, воспитанности и др. качествах ребенка.

Недостатки характера, 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.

Симптомы эмоциональных нарушений:

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.);
- упрямство;
- неуступчивость;
- конфликтность;
- жестокость;

- устойчивое негативное отношение к общению;
- «застревание» на отрицательных эмоциях;
- эмоциональная холодность;
- отчуждение, скрывающее неуверенность в своих силах.

3. Особенности внутреннего мира:

- острая восприимчивость;
- впечатлительность;
- болезненная чувствительность;
-наличие страхов: не являющихся возрастными, мешающими нормальной жизнедеятельности детей;
- тревожность;
- мнительность.

Формирование у учащихся с ОПФР умения преодолевать свое неблагополучие происходит в деятельности, в непосредственном общении с взрослыми и сверстниками. Если такая деятельность осуществлялась неэффективно, то в этом случае эмоциональные нарушения сохраняются и в дальнейшем.

Спектр эмоциональных нарушений в подростковом возрасте чрезвычайно велик. Это могут быть тяжелые невротические конфликты, неврозоподобные состояния вследствие органического поражения центральной нервной системы, преневротические состояния и др.

Эмоциональное неблагополучие рассматривается как отрицательное состояние, возникающее на фоне заболеваний или трудно разрешимых личностных конфликтов.

Сущность эмоциональных состояний, которые способны вызвать у детей девиантное и даже деструктивное поведение. Д. Келли выделил четыре таких эмоциональных состояния: тревогу, вину, угрозу и враждебность.

Тревога – смутное чувство неопределенности и беспомощности. Наступает тогда, когда подросток 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 ученика, как неудачные или неправильные. Происходит разрушение статуса и роли ученика, с помощью которых он сохранял с окружающими оптимальные отношения. Часто на основе чувства вины ученики пытаются скрыть свои неблаговидные поступки. Это чревато развитием лживости, безответственности и др. негативных качеств.

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

Враждебность – склонность вести себя мстительно по отношению к другим, как стремление причинить им вред, ущерб. Учащийся 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, устранение неправильных отношений и представлений.

Подростка с пониженным настроением можно охарактеризовать как несчастного, удрученного, мрачного, печального, огорченного, пессимистичного (*депрессия).*

Подростка, испытывающего страх и тревогу, можно определить как робкого, тихого, застенчивого, обеспокоенного, заторможенного, неуверенного, сомневающегося, скованного, замкнутого, одинокого, смущенного, неврозного, напряженного, испуганного *(фобии и тревожный синдром)*.

Подростка, находящегося в агрессивном состоянии, можно описать как угрюмого, злого, раздражительного, враждебного, досадующего, испытывающего отвращение, сердитого, резкого, неуступчивого *(дисфория).*

В числе эмоциональных нарушений у учащихся с ОПФР может наблюдаться и *эмоциональная неадекватность*. Она характерна для подростков, имеющих психическую патологию. Так, частое чередование положительных и отрицательных эмоций характерно для

невротиков, расположенных к истерическим реакциям, а снижение эмоциональной реакции часто встречается у больных шизофренией. Если же подростки страдают интеллектуальной недостаточностью, то она проявляется в следующих особенностях: низкая интеллектуальная регуляция эмоций, неадекватность, затруднения в развитии высших (интеллектуальных, моральных, эстетических) чувств, низкий уровень развития средств эмоциональной выразительности. Наряду с этим при умственной отсталости нередки болезненные расстройства чувств: раздражительность, эйфория, дисфония, апатия.

Развитие эмоций подростков с ОПФР в значительной мере определяется правильной организацией всей их жизни и наличием специального педагогического воздействия, осуществляемого родителями и педагогами. Благоприятные условия способствуют сглаживанию импульсивных проявлений гнева, обиды, радости, вырабатыванию правильного бытового поведения, закреплению необходимых для жизни в семье или в детском учреждении навыков и привычек, а также позволяют детям сделать первые шаги в направлении контроля за своими эмоциональными проявлениями. Особые трудности вызывает формирование у подростка правильного поведения. Присущие ребенку проблемы со здоровьем (и/или интеллектуальная недостаточность) и скудный жизненный опыт затрудняют понимание и адекватное оценивание ситуаций, в которых он оказывается. Инертность нервных процессов способствует стереотипности реакций, которые часто не соответствуют создавшейся обстановке.

Понять и скорректировать поведение можно только тогда, когда известны эмоциональное состояние и конкретная ситуация, вызвавшая освобождение эмоций. Коррекция отклоняющегося поведения, вызванного определенными эмоциональными состояниями, это не только изменение самого поведения, но и тех состояний, которыми оно вызвано.

2.Рекомендации по снижению эмоционального напряжения у подростков с ОПФР

1. Создавайте предсказуемую среду: стабильный режим, четкие правила, визуальные опоры (надписи, рисунки о режиме, правилах);
2. Используйте эмоционально-нейтральный тон: избегайте резких высказываний, демонстрируйте спокойствие;
3. Поддерживайте контакт: мягкий взгляд, доброжелательная поза, активное слушание;
4. Разрешайте выражать эмоции: предлагайте дневник эмоций, карточки с эмоциями, называть эмоции, рисовать их, говорите про свои эмоции и интересуйтесь их эмоциями.
5. Уважайте границы: не заставляйте говорить, если ученик не готов, предлагайте альтернативные формы ответов.
6. Внедряйте в группу визуальные метафоры: «облако настроения», «смайлики настроения».
7. Куратор, работайте в команде: обращайтесь за консультациями к педагогу-психологу, поддерживайте связь с другими педагогами по вопросам эмоционального состояния вашей группы и отдельных ее членов.