**Эмоционально-волевая  сфера дошкольников.**

Зачастую забота родителей основным образом сконцентрирована в области физического здоровья детей, тогда, когда достаточного внимания эмоциональному состоянию ребёнка не уделяется, а некоторые ранние тревожные симптомы нарушений в эмоционально-волевой сфере воспринимаются как временные, свойственные возрасту, и потому, неопасные.

Эмоции играют значимую роль с самого начала жизни малыша, и служат индикатором его отношения к родителям и к тому, что его окружает. **В настоящее время, наряду с общими проблемами здоровья у детей, специалисты с озабоченностью отмечают рост эмоционально-волевых расстройств, которые выливаются в более серьёзные проблемы в виде низкой социальной адаптации, склонности к асоциальному поведению, затруднений в обучении.**

***Внешние проявления нарушений эмоционально-волевой сферы в детском возрасте***

Несмотря на то что не стоит самостоятельно ставить не только медицинские диагнозы, но и диагнозы в области психологического здоровья, а лучше доверить это профессионалам, имеется ряд признаков нарушений эмоционально-волевой сферы, наличие которых должно стать причиной обращения к специалистам.

Нарушения в эмоционально-волевой сфере личности ребёнка имеют характерные особенности возрастных проявлений. Так, например, если взрослые систематически отмечают у своего малыша в раннем возрасте такие поведенческие характеристики, как чрезмерная агрессивность или пассивность, плаксивость, «застревание» на определённой эмоции, то, возможно, что это раннее проявление эмоциональных расстройств.

В дошкольном возрасте к указанным выше симптомам, могут добавиться неумение следовать нормам и правилам поведения, недостаточное развитие самостоятельности. В школьном возрасте эти отклонения, наряду с перечисленными, могут сочетаться с неуверенностью в себе, нарушением социального взаимодействия, снижением целеустремлённости, неадекватностью самооценки.

**Важно понимать, что о существовании нарушений стоит судить не по наличию единичного признака, который может быть реакцией ребёнка на конкретную ситуацию, а по совокупности нескольких характерных симптомов.**

***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.

***Формирование эмоционально-волевой сферы ребёнка***

*Проявление эмоций родители наблюдают с самого начала жизни ребёнка, с их помощью происходит общение с родителями, так малыш показывает, что ему хорошо, либо он испытывает неприятные ощущения.*

В дальнейшем, в процессе взросления, перед ребёнком возникают проблемы, которые ему приходится решать с разной степенью самостоятельности. Отношение к проблеме или ситуации вызывает определённый эмоциональный отклик, а попытки воздействия на проблему – дополнительные эмоции. **Другими словами, если ребёнку приходится проявлять произвольность в осуществлении каких-либо действий, где основополагающим мотивом будет не «хочу», а «надо», то есть для разрешения проблемы потребуется волевое усилие, на деле это и будет означать осуществление волевого акта.**

По мере взросления, эмоции также претерпевают определённые изменения, развиваются. Дети в этом возрасте учатся чувствовать и способны демонстрировать уже более сложные проявления эмоций. **Основной чертой правильного эмоционально-волевого развития ребёнка является возрастающее умение контролировать проявление эмоций.**

***Основные причины нарушений эмоционально-волевой сферы ребёнка***

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. перенесённые стрессы;
2. отставание в интеллектуальном развитии;
3. недостаточность эмоциональных контактов с близкими взрослыми;
4. социально-бытовые причины;
5. фильмы и компьютерные игры, не предназначенные для его возраста;
6. ряд других причин, вызывающих у ребёнка внутренний дискомфорт и чувство неполноценности.

*Нарушения детской эмоциональной сферы проявляются гораздо чаще и ярче в периоды, так называемых, возрастных кризисов. Ярким примерами таких точек взросления могут быть кризисы «Я сам» в возрасте трёх лет и «Кризис переходного возраста» в подростковом периоде.*

***Диагностика нарушений***

Для коррекции нарушений важно своевременное и правильное диагностирование с учётом причин развития отклонений. В арсенале психологов целый ряд специальных методик и тестов для оценки развития и психологического состояния ребёнка с учётом его возрастных особенностей.

**Для дошкольников, как правило, применяются проективные методики диагностики:**

* тест по средствам рисунка;
* цветовой тест Люшера;
* шкала тревожности Бэка;
* опросник «Самочувствие, активность, настроение» (САН);
* тест школьной тревожности Филипса и многие другие.

***Коррекция нарушений эмоционально-волевой сферы в детском возрасте***

Что делать если поведение малыша заставляет предполагать наличие подобного расстройства? Прежде всего, важно понимать, что эти нарушения можно и нужно корректировать. Не стоит уповать только на специалистов, роль родителей в коррекции поведенческих особенностей характера ребёнка очень важна.

Важным моментом, позволяющим заложить фундамент благополучному разрешению данной проблемы, является установка контакта и доверительных отношений родителей с ребёнком. В общении следует избегать критичных оценок, показывать доброжелательное отношение, сохранять спокойствие, больше хвалить адекватные проявления чувств, следует искренне интересоваться его чувствами и сопереживать.

***Обращение к психологу***

Для устранения нарушений эмоциональной сферы следует обратиться к детскому психологу, который при помощи специальных занятий, поможет научиться правильно реагировать при возникновении стрессовых ситуаций и контролировать свои чувства. Также важным моментом является работа психолога с самими родителями.

В психологии в настоящее время описано множество способов коррекции детских нарушений в форме игровой терапии. Как известно, лучшее обучение происходит с привлечением положительных эмоций. Обучение правильному поведению не исключение.

Ценность ряда методов заключается в том, что их успешно могут применять не только сами специалисты, но и родители, заинтересованные в органичном развитии своего малыша.

***Практические методы коррекции***

Таковы, в частности, методы сказкотерапии и куклотерапии. Их основным принципом является идентификация ребёнка с персонажем сказки или его любимой игрушкой в процессе игры. Ребёнок проецирует свою проблему на главного героя, игрушку и, в процессе игры, по сюжету разрешает их.

Разумеется, все эти методы подразумевают обязательную непосредственную вовлеченность взрослых в сам процесс игры.

Если родителями в процессе воспитания уделяется достаточное и должное внимание таким сторонам развития детской личности, как эмоционально-волевая сфера, то в будущем это позволит значительно легче пережить период подросткового становления личности, который, как известно многим, может внести ряд серьёзных отклонений в поведение ребёнка.

Накопленный психологами опыт работы показывает, что не только учёт особенностей возрастного развития, основательный подбор диагностических методик и техник психологической коррекции, позволяет специалистам успешно решать проблемы нарушения гармоничного развития детской личности, решающим фактором в этой области всегда будут являться родительское внимание, терпение, забота и любовь.

