

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра реабилитационных технологий на базе ГАУ СО "ЦАРИ"

**ОПТИМИЗАЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ УМСТВЕННО  
ОТСТАЛЫХ ПОДРОСТКОВ**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА  
БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

студентки 5 курса 561 группы  
направления подготовки 44.03.03 «Специальное (дефектологическое)  
образование»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**ФОМИНОЙ АЛИСЫ ВАДИМОВНЫ**

Научный руководитель

доцент, канд. психол. наук

Е.С. Гринина

Зав. кафедрой реабилитационных  
технологий на базе ГАУ СО «ЦАРИ»

канд. мед. наук

Е.С. Пяткина

Саратов 2018

## ВВЕДЕНИЕ

Одной из важных характеристик психики умственно отсталого подростка является незрелость и дефектность его эмоциональной сферы. Наличие в эмоциональной сфере грубых изменений может обуславливать своеобразное психопатологическое формирование характера, появление новых отрицательных качеств, резко осложняющих коррекцию основного психического дефекта. Вот почему изучение эмоций и чувств умственно отсталых подростков, возможностей оптимизации эмоциональной сферы имеют столь важное значение.

Особенно актуальной проблема изучения и оптимизации эмоциональной сферы умственно отсталых подростков становится в подростковом возрасте. Возрастные закономерности психического развития обуславливают наличие у подростков таких особенностей эмоциональной сферы, как эмоциональная неустойчивость, тревожность, склонность к аффективным реакциям и др. Наряду с закономерностями, свойственными как нормально развивающимся подросткам, так и их сверстникам с умственной отсталостью, для последних характерны и специфические особенности эмоционального развития, обусловленные интеллектуальной недостаточностью.

**Объектом** исследования является эмоциональная сфера умственно отсталых подростков.

**Предметом** формирование целенаправленной психологической работы на развитие эмоциональной сферы умственно отсталых подростков.

**Цель исследования:** на основе изучения особенностей эмоциональной сферы умственно отсталых подростков разработать и апробировать программу психологической работы по ее оптимизации.

**Гипотеза исследования.** Для эмоциональной сферы умственно отсталых подростков характерно преобладание деструктивных эмоциональных проявлений: напряженности, тревожности, агрессивности. Разработка и реализация коррекционно-развивающей программы будет способствовать

разработке программы оптимизации развития эмоциональной сферы умственно отсталых подростков.

Цель, объект, предмет и гипотеза исследования определили необходимость постановки и решения следующих **задач**.

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу, посвященную проблеме развития эмоциональной сферы подростков с умственной отсталостью.

2. Экспериментально изучить особенности эмоциональной сферы умственно отсталых подростков.

3. Разработать и апробировать программу работы по оптимизации эмоциональной сферы умственно отсталых подростков.

**Методологическую основу** данной работы составили работы теоретические положения в области психологии эмоций (В.В. Ковалев, И.М. Бгажнокова, Ч. Венчер, А.Е. Личко), особенностей развития эмоциональной сферы в подростковом возрасте (Л.М. Семенюк, С.Л. Рубинштейн, Г.И. Батурина, Р. Байярд), закономерностей психического развития умственно отсталых подростков (Л.С. Выготский, К.С. Лебединская, В.И. Лубовский, М.С. Певзнер, Г.Е. Сухарева и др.).

**Методы исследования:**

- теоретические: изучение психолого–педагогической и специальной литературы по проблеме исследования;
- эмпирические: изучение документов, эксперимент;
- методы количественной и качественной обработки результатов исследования.

Изучение особенностей эмоциональной сферы умственно отсталых подростков осуществлялось с применением следующих методик: «Кактус», Методика «Самооценка эмоциональных состояний», «Методика оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности».

**Эмпирическая база исследования:** Государственное бюджетное учреждение Саратовской области «Базарно-Карабулакский детский дом-интернат для умственно отсталых детей», Саратовская обл., Базарный Карабулак, р.п. Карла Маркса; Основная общеобразовательная школа № 3, Саратовская обл., г. Энгельс.

**Экспериментальная выборка:** подростки с диагнозом «умственная отсталость» в возрасте 14-15 лет – 10 испытуемых (2 девочки, 8 мальчиков); подростки с нормативным психическим развитием в возрасте 14-15 лет – 10 испытуемых (4 девочки, 6 мальчиков).

**Практическая значимость.** Полученные в ходе экспериментального исследования данные, а также разработанные на их основе программа работы по оптимизации эмоциональной сферы умственно отсталых подростков, могут быть использованы в практике психологического сопровождения лиц рассматриваемой категории.

**Структура.** Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложения. Во введении обоснована актуальность, определены цель, объект, предмет, гипотеза, задачи исследования, методологическая основа и используемые методы. В первой главе «Теоретический анализ проблемы оптимизации эмоциональной сферы умственно отсталых подростков» рассматривается состояние исследуемой проблемы в психолого-педагогической науке. Во второй главе «Эмпирическое изучение особенностей эмоциональной сферы умственно отсталых подростков и возможностей ее оптимизации» описаны цель, задачи и методика эмпирического исследования, анализируются его результаты, представлена психологическая программа оптимизации эмоциональной сферы умственно отсталых подростков. В заключении подведены общие итоги исследования, сформулированы основные выводы. В приложении представлены промежуточные результаты исследования.

## **КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

В первой главе «Теоретический анализ проблемы оптимизации эмоциональной сферы умственно отсталых подростков» определяется понятие эмоций и эмоциональной сферы, рассматриваются особенности развития эмоциональной сферы в подростковом возрасте, анализируется специфика эмоциональной сферы умственно отсталых подростков.

Под термином «эмоции» в психологии понимают психические состояния, тесно связанные с мотивационно-потребностной сферой личности и проявляющиеся в субъективных переживаниях и экспрессивно-коммуникативном поведении. Эмоции отражают в форме непосредственных переживаний смысл явлений и ситуаций и проявляются как удовольствие, радость, гнев, страх и т. п. Эмоциями в большей степени определяется отношение человека к другим людям, событиям, а также оценка и регуляция собственных действий.

Сформировавшийся в отечественной психологии взгляд на проблему эмоций в самом общем виде сводится к разделению их на аффекты (бурные, кратковременные, ситуативные эмоциональные переживания, сопровождающиеся вегетативными сдвигами), эмоции (более устойчивые, менее выраженные, сопровождающие и оценивающие деятельность переживания) и чувства (стабильные, устойчивые эмоциональные отношения, имеющие четко выраженный предметный характер).

Эмоции играют важную роль в жизни человека и выполняют ряд функций:

1) индикация, или оценка (эмоции - оперативная обобщенная оценка текущих ситуаций - благоприятных или неблагоприятных, опасных);

2) образование переживания, накопление эмоционального опыта в эмоциональной (аффективной) памяти (эмоции как один из способов представления реальности, связывающий действительность с образом);

3) объединение, синтез (эмоциональный фон позволяет объединять отдельные отношения, образы, сенсорный материал, синтезирует, обобщает отдельные переживания);

- 4) предвосхищение будущего события;
- 5) активация (эмоции способны активизировать работу организма, мобилизовать его ресурсы, если это необходимо в конкретной ситуации);
- 6) побуждение (эмоции побуждают деятельность, потому что связаны с мотивом; эмоции как выражение мотива);
- 7) регуляция - организующая функция (но иногда эмоциональный аффект способен и дезорганизовать деятельность);
- 8) связь с познавательными процессами (эмоции сопровождают все познавательные процессы: ощущения, восприятие, память, мышление, воображение, творчество);
- 9) экспрессия (эмоциональные состояния человека выражаются в мимике, интонации и пр., что позволяет людям лучше понять друг друга, способствует коммуникации);
- 10) символ личностных проблем (чем сильнее эмоция, тем значимее проблема; поэтому важно понять причину нежелательного эмоционального состояния, найти решение проблемы, порождающей негативные эмоции, и тем самым способствовать позитивному развитию личности).

Важным этапом формирования эмоциональной сферы является подростковый возраст. Эмоции подростков в значительной мере связаны с общением. Поэтому личностно-значимые отношения к другим людям определяют как содержание, так и характер эмоциональных реакций. При этом недостаток опыта переживания эмоций в новой ведущей деятельности (учебе) и опыта общения приводят к тому, что подросток в основе своего эмоционального эталона кладет не общее, повторяющееся в разных людях, а индивидуальные особенности конкретного человека. Сохраняется у подростков и отрицательное отношение к себе. В результате для детей этого возраста характерна предрасположенность к отрицательным эмоциям и рассогласованность в мотивационной сфере.

Эмоциональная сфера умственно отсталых подростков характеризуется качественным своеобразием. Отмечается неустойчивость, малая

дифференцированность, поверхностность эмоций, отсутствуют оттенки эмоциональных переживаний. Эмоциональные состояния могут резко меняться от печали до радости, без видимых на то причин, от смеха до агрессии. Эмоциональная возбудимость может сменяться резким эмоциональным спадом. Реакции умственно отсталых подростков могут быть не адекватными воздействию раздражителя. Характерно также недостаточное понимание эмоций окружающих. Указанные особенности свидетельствуют о необходимости детального изучения и оптимизации развития эмоциональной сферы подростков с умственной отсталостью.

Во второй главе «Эмпирическое изучение особенностей эмоциональной сферы умственно отсталых подростков и возможностей ее оптимизации» описаны цель, задачи и методика эмпирического исследования, анализируются его результаты.

Целью эмпирического исследования являлось изучение особенностей эмоциональной сферы умственно отсталых подростков.

Экспериментальное исследование проводилось с использованием следующих методик: методика «Кактус», методика «Самооценка эмоциональных состояний», «Методика оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности».

Исследование проводилось индивидуально с каждым подростком. Данные протоколировались и приводились в табличной вариации.

Рассмотрим подробнее используемые в ходе эмпирического исследования методики.

Результаты применения методики «Самооценка эмоциональных состояний» свидетельствуют, что у подростков с нормативным развитием более выраженными являются показатели положительных эмоций, таких, как энергичность, радость, в ряде случаев отмечается наличие страхов. В отличие от них, у умственно отсталых преобладают деструктивные эмоциональные состояния: страх, агрессия, гнев, усталость. Так, средний результат по шкале «Агрессия» у умственно отсталых подростков составляет 3,3 балла, а у их

нормально развивающихся сверстников – 1,7 балла. Подростки с умственной отсталостью меньше могут контролировать чувство гнева и сильнее поддаются ему (4,3 балла), в то время как подростки с нормативным развитием являются более спокойными (2,2 балла). Подростки с нормативным уровнем развития меньше подвержены чувству усталости (2,5 баллов), в то время, как подростки с умственной отсталостью больше устают (4,3 балла).

Благодаря применению методики «Кактус» были сформированы представления об особенностях эмоционально-личностной сферы подростков.

Результаты исследования свидетельствуют, что агрессия нашла свое отражение на рисунках 100% подростков с умственной отсталостью и лишь в 54% рисунков детей с нормативным развитием. Прослеживается также высокий уровень тревожности: у 80% умственно отсталых подростков и 40% подростков с нормативным развитием. Пессимизм отмечается у 76% испытуемых с умственной отсталостью и 20% нормально развивающихся испытуемых.

По результатам методики «Кактус» у подростков с нормативным развитием выявлена высокая степень энергичности. Усталость у них практически не прослеживается. Детали рисунка, классифицируемые как отражение радости, встречаются существенно чаще (72%), чем у подростков с умственной отсталостью (23%). Показатели по шкале «Радость» у подростков с нормальным уровнем развития оказываются выше, чем у подростков с умственной отсталостью. Им также в меньшей степени присуща агрессия, тревожность и чувство страха.

По данным «Методики оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности» у 35% у подростков с умственно отсталости было отмечено плохое самочувствие, которое у подростков с нормативным уровнем развития не превышало 7%. Также у подростков с умственной отсталостью доминировало плохое настроение (42%, у детей с нормативным развитием - 9%). Чаще отмечалось желание отдохнуть (60% по сравнению с 12% у подростков с нормативным уровнем развития).

Таким образом, результаты эмпирического исследования свидетельствуют, что эмоциональная сфера умственно отсталых подростков характеризуется выраженным своеобразием. Для них характерно преобладание деструктивных эмоциональных проявлений: напряженности, тревожности, агрессии. Указанные особенности свидетельствуют о необходимости разработки программы психологической работы по оптимизации развития эмоциональной сферы подростков рассматриваемой категории.

С учетом полученных в ходе эмпирического исследования данных была разработана программы работы по оптимизации эмоциональной сферы умственно отсталых подростков.

Целью коррекционной программы является оптимизация эмоциональной сферы подростков, развитие умения конструктивно проявлять свои эмоции в различных ситуациях.

В связи с этим важными задачами коррекционной работы являются:

1. Развитие словарного запаса подростков в области чувственного восприятия.
2. Формирование навыков узнавания среди подростков с умственной отсталостью и интерпретации получаемой информации.
3. Снижение эмоциональной нестабильности, повышение положительного эмоционального фона.

Занятия следует проводить как минимум трижды в неделю не дольше, чем в течение 60 минут. Данные занятия имеют групповой характер и в них могут принимать участие все подростки одновременно.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Настоящее исследование посвящено изучению особенностей эмоциональной сферы умственно отсталых подростков и возможностей ее оптимизации.

Теоретический анализ литературы по проблеме исследования показал, что под эмоциями в психологии понимают психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личную значимость и

оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека. Эмоции играют важную роль в жизнедеятельности человека и выполняют такие функции, как образование переживаний, предвосхищение будущего события, побуждение, регуляция и т.д. В настоящее время существует множество классификаций эмоций. Так, выделяют негативные, позитивные, нейтральные, нетрадиционные, статические и динамические эмоции и т.д.

Сензитивным периодом для формирования эмоциональной сферы человека является подростковый возраст. Переход к подростковому возрасту характеризуется глубокими изменениями условий, влияющих на личностное развитие подростка. Они касаются физиологии организма, отношений, складывающихся у подростков со взрослыми людьми и сверстниками, уровня развития познавательных процессов, интеллекта и способностей. Для подростков характерна высокая эмоциональная возбудимость, вспыльчивость, бурное проявление своих чувств. В то же время, эмоциональные переживания становятся более устойчивыми, подростки долго не забывают обиды, готовы остро реагировать на них.

Развитие эмоциональной сферы умственно отсталых детей происходит на дефектной основе, что обусловлено органическим поражением коры головного мозга. Проявление эмоций у умственно отсталого подростка зависит от глубины и качественного своеобразия структуры дефекта и от социальной среды, в которой он находится. Для таких детей характерны неадекватные воздействиям эмоции и чувства, поверхностность при оценке важных жизненных событий. Негативные эмоции не могут в полной мере контролироваться подростками с умственной отсталостью.

Умственно отсталые подростки склонны к полярным, лишенным тонких оттенков эмоциям. Их эмоции поверхностны, неустойчивы, подвержены быстрым и нередко резким изменениям. Указанные особенности свидетельствуют о необходимости детального изучения и оптимизации развития эмоциональной сферы подростков с умственной отсталостью.

Эмпирическое изучение эмоциональной сферы умственно отсталых подростков осуществлялось с применением комплекса психодиагностических методик. Результаты сравнительного исследования свидетельствуют, что можно сделать вывод о том, что у детей с нормативным развитием наиболее стабильными являются показатели положительных эмоций, таких, как энергичность, радость, в ряде случаев отмечается наличие страхов. В отличие от них, у умственно отсталых преобладают деструктивные эмоциональные состояния: страх, агрессия, гнев, усталость. Сопоставительный анализ результатов применения различных методик позволил констатировать, что эмоциональная сфера умственно отсталых подростков характеризуется выраженным своеобразием. Для них характерно преобладание деструктивных эмоциональных проявлений: напряженности, тревожности, агрессии. Указанные особенности свидетельствуют о необходимости разработки программы психологической работы по оптимизации развития эмоциональной сферы подростков рассматриваемой категории.

С учетом полученных в ходе исследования данных была разработана программа работы по оптимизации эмоциональной сферы умственно отсталых подростков. Важными направлениями коррекционно-развивающей работы стали снижение эмоциональной нестабильности, повышение положительного эмоционального фона; развитие словарного запаса подростков в области чувственного восприятия; формирование навыков узнавания эмоций и интерпретации получаемой информации.

Полученные в ходе теоретико-экспериментального исследования проблемы оптимизации эмоциональной сферы умственно отсталых подростков результаты могут быть использованы в практике психолого-педагогического сопровождения лиц рассматриваемой категории.