

Назарова Виктория Сергеевна

студентка

Научный руководитель

Козуб Марина Васильевна

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Липецкий государственный педагогический
университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского»

г. Липецк, Липецкая область

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ
ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА**

Аннотация: в статье представлен теоретический анализ проблемы психофизиологического развития младших школьников с расстройствами аутистического спектра, а также особенности их эмоционального становления. Практическая часть содержит в себе данные констатирующего эмпирического исследования, посвященного изучению тревожности младших школьников, как одного из главенствующих показателей эмоциональной неустойчивости. В заключение представлены варианты коррекционных педагогических приемов и методов.

Ключевые слова: расстройства аутистического спектра, эмоциональная устойчивость, младшие школьники, педагогические приемы, коррекция эмоциональных состояний.

В последние годы реформирования системы российского образования сохраняется тенденция к созданию необходимых условий обучения для всех категорий детей. Иначе говоря, особенно сильный упор делается на развитие инклюзивного образования. С 2012 года права детей с ограниченными возможностями здоровья получать образование не в специализированных образовательных учреждениях регламентируются на законодательном уровне, чему способствует статья 79 Закона об Образовании в РФ №273-ФЗ от 29.12.2012.

Дети с расстройствами аутистического спектра (РАС) составляют отдельную группу лиц с ограниченными возможностями здоровья. Поскольку интеллектуальное и эмоционально-волевое развитие детей с РАС в значительной мере отличается от развития их сверстников без патологий здоровья, данная группа лиц также нуждается в удовлетворении их особых образовательных потребностей. Однако на сегодняшний день включение детей с аутизмом в привычную образовательную среду проходит весьма затруднительно. Отчасти, это связано с относительно недавним обращением к данной проблематике и недостаточной изученностью особых психолого-педагогических условий обучения детей с РАС.

Для наилучшего понимания особенностей развития детей с расстройствами аутистического спектра нами был произведен анализ научной психолого-педагогической литературы, касающейся исследуемой темы. Аутизм, как отдельное самостоятельное расстройство, было выделено учеными-исследователями относительно недавно – в 1943 году Лео Каннером. Среди основных характеристик ученый выделял замкнутость, чрезмерную изоляцию, многократно повторяющиеся навязчивые действия. Все перечисленные признаки наблюдались у детей, начиная с первого года жизни.

На современном этапе развития теоретико-практической базы расстройств аутистического спектра, аутизм – это стойкое нарушение в развитии нервной системы, которое характеризуется преобладанием замкнутой внутренней жизни, отстраненностью от внешнего мира, трудностями и скудностью выражения эмоциональных реакций. Существует несколько видов классификаций данного отклонения, но наибольшей полнотой и точностью отличается классификация, предложенная О.С. Никольской (1985–1987). Основным ее критерием выступают характер и степень нарушений взаимодействия с внешней средой. Среди основных особенностей выделяют: полную отрешенность от происходящего, активное отвержение, чрезвычайную трудность организации общения и взаимодействия с окружающими людьми и некоторые другие признаки.

Поскольку данная исследовательская работа имеет конкретную область изучения, следует указать психофизиологические особенности детей с расстройствами аутического спектра именно младшего школьного возраста (7–11 лет). Среди основных симптомов чаще всего встречаются нарушения восприятия (зрительная гиперсинзетивность, сосредоточенность внимания на абстрактных предметах, непонимание простых учебных инструкций); своеобразное интеллектуальное развитие (сниженный уровень интеллекта в 70% случаев, задержка формирования навыков самообслуживания, большой для возраста запас знаний лишь в отдельных областях); сверхизбирательность внимания; несформированность учения, как ведущего вида деятельности.

Психологические особенности, свойственные детям с аутизмом, проявляются в следующих сферах: поведение, эмоционально-волевая сфера, познавательная сфера, деятельность. Сравнительный анализ эмоционального развития нормотипичных детей и детей с РАС показал, что аутичным детям свойственна повышенная чувствительность к различным сенсорным раздражителям, в особенности в новой обстановке. Окружающая среда в целом воспринимается как враждебный источник негативных проявлений и эмоционального дискомфорта. На фоне такого отношения к социуму детям с РАС характерна весьма ослабленная и эмоционально скудная реакция на взаимодействие с другими людьми. Часто это может сопровождаться необоснованными страхами и нежеланием устанавливать зрительные контакты с оппонентом[1, с. 11–19].

Также следует отметить, что ограниченность в становлении и развитии психики, а затем и полноценной личности, в значительной мере определяется недостаточностью функционирования механизмов эмоционально-волевой сферы. Отсутствие зрительных контактов с матерью и близкими людьми, вялость протекания комплекса оживления, нежелание вступать в коммуникативные связи с обществом, нарушение в понимании себя как системы Я – все это в совокупности негативно отражается как на самой эмоционально-волевой системе человека, так и на развитии полноценной психики в целом[2, с. 288].

Для получения непосредственных эмпирических данных, нами были проведены исследования уровня тревожности у младших школьников с расстройствами аутистического спектра, а также нормально развивающимися детьми, поскольку именно повышенные показатели тревоги могут быть одним из явных проявлений эмоциональной неустойчивости детей с РАС.

В качестве испытуемых были выбраны учащиеся МБОУ №16 г. Липецка, а также МБОУ СШ №14 г. Липецка, в возрасте от 8 до 9 лет. Всего в исследовании приняли участие 24 человека, из которых были сформированы две группы – контрольная (в нее вошли дети с нормальным психическим развитием) и экспериментальная (в составе дети с расстройствами аутистического спектра).

Для исследования нами была применена методика «Шкала явной тревожности для детей (СМАС)» в адаптации А.М. Прихожан [3, с. 60–64]. Респондентам предлагалось оценить 53 высказывания с позиций «верно» и «неверно». Методика предполагает также оценку по шкале социальной желательности, которая показывает, насколько честны были участники исследования при ответах. Поскольку полученные ответы по данной шкале колебались от 4 до 7 баллов (критическое значение – 9), мы можем говорить о достоверности полученных эмпирических данных.

Анализ и интерпретация включали в себя два этапа: подсчет первичных баллов по субшкалам социальной желательности и тревожности. Затем первичные баллы переводились в стень, в зависимости от которых и определялся уровень тревоги, как относительно устойчивого состояния, младших школьников.

Полученные во время теоретического исследования данные, свидетельствующие о большой распространенности эмоциональной неустойчивости среди детей с расстройствами аутистического спектра, нашли свое отражение и в практическом изучении данного вопроса. Об этом свидетельствуют следующие сравнительные данные между испытуемыми контрольной и экспериментальной групп. Среди младших школьников с нормотипичным развитием психики лишь 8% имеют высокий уровень тревоги, 42% – несколько повышенный (средний) уровень тревожности, который характеризуется преимущественно спокойным

эмоциональным состоянием, общительностью, оптимальным уровнем самооценки. Люди с несколько повышенным уровнем тревожности могут лишь иногда испытывать чувство тревоги без объективных на то причин. 50% респондентов продемонстрировали нормальный показатель уровня тревожности. Иная ситуация наблюдается в экспериментальной группе. Лишь 25% опрошенных продемонстрировали оптимальный (нормальный) уровень тревожности, как относительно устойчивого состояния психики. 18% продемонстрировали слегка повышенный уровень тревоги (средние показатели) и у 57% младших школьников с РАС наблюдается высокий уровень тревоги. Личности с таким уровнем тревожности склонны к заниженному само оцениванию, чрезмерной восприимчивости к критике, подвержены большому количеству не всегда рационально обоснованных страхов. В стрессовых ситуациях работоспособность значительно снижается, в некоторых ситуациях проявляются физиологические маркеры высокого уровня тревоги (учащенное сердцебиение, повышенная потливость, общая напряженность и скованность тела).

Анализ и интерпретация полученных данных показали, что среди младших школьников, принявших участие в эмпирическом эксперименте, в особенности среди экспериментальной группы, имеется высокая доля лиц с повышенным уровнем тревоги. Такое состояние психики характеризуется общей дезорганизацией поведения и деятельности, заниженной самооценкой, замкнутостью, эмоциональной депривацией, фобиями и навязчивыми мыслями и действиями. Также нарушается способность устанавливать социальные контакты и возможность полноценно участвовать в жизни общества. Наглядные данные представлены в круговых диаграммах.



Рис. 1. Сравнительные показатели развития тревожности у младших школьников

Исходя из полученных данных, доказывающих необходимость применения психолого-педагогических приемов по формированию эмоциональной устойчивости младших школьников с расстройствами аутистического спектра, нами были предложены варианты коррекционных педагогических упражнений. Основная цель использования предложенных приемов – коррекция негативных эмоциональных состояний и развитие эмоциональной устойчивости, а также формирование сопротивляемости стрессу и навыков социального поведения.

Применение указанных педагогических методов, приемов и упражнений в обязательном порядке должно регламентироваться следующими принципами:

- принцип осознанного преодоления;
- принцип деятельностного подхода;
- принцип единства диагностики и коррекции;
- принцип комплексного подхода;
- принцип учета ведущего вида деятельности и возрастных и индивидуальных особенностей.

Условно коррекционные упражнения можно разделить на несколько блоков:

1. Эмоционально-регулятивный блок. Основная цель – научить детей распознавать и осознанно управлять собственными чувствами и состояниями.

2. Личностный блок. Направлен на развитие навыков межличностного общения, а также позитивного разрешения конфликтов.

3. Социально-адаптивный блок. Позволяет активировать у детей поисковую активность и психологическую устойчивость к решению различных жизненных ситуаций, а также научить младших школьников ориентироваться в социальных отношениях и самостоятельно находить решения проблем.

В комплексе обозначенных выше направлений работы по формированию эмоциональной устойчивости могут быть использованы следующие упражнения и игры: «рисунок радости»; стратегии совладания с гневом, злостью, страхом; «доброе животное»; «театр настроения», «найди друга» и другие [4].

Также необходимо отметить положительное влияние в коррекционной работе таких методов и приемов, как: совместное чтение и обсуждение тематических стихотворений, сказок, притч (на тему дружбы, зависти, злости, милосердия и т. д.); постановка психогимнастических этюдов; театрализованно-ролевые игры на развитие навыков взаимодействия и общения младших школьников; релаксационные упражнения на снятие эмоционального напряжения и общего расслабления тела [5, с. 80].

Так, на основе проведенного нами теоретического анализа психолого-педагогической литературы, нами была дана характеристика детей с расстройствами аутистического спектра, основанная на современных классификациях и определениях выдающихся психологов и дефектологов. Были рассмотрены проблемы психического развития таких детей и, в частности, этапы и условия формирования их эмоциональной устойчивости. В практической части работы нами были представлены результаты диагностического исследования уровня тревожности у младших школьников, как одного из ведущих показателей неустойчивости эмоциональных состояний. Как показали результаты, большой процент школьников действительно склонны к проявлению негативизма, снижению уровню самооценки и некоторым другим показателям эмоциональной неустойчивости. Также нами были предложены педагогические методы и при-

емы, направленные на коррекцию поведенческих и личностных особенностей младших школьников с расстройствами аутистического спектра.

Список литературы

1. Баенская Е.Р. Нарушение аффективного развития ребенка при формировании синдрома раннего детского аутизма / Е.Р. Баенская // Дефектология. – 2008. – №4. – С. 11–19.

2. Никольская О.С. Аутичный ребенок: Пути помощи / О.С. Никольская, Е.Р. Баенская, М.М. Либлинг. – 6-е изд., стер. – М.: Теревинф, 2010. – 288 с.

3. Шкала явной тревожности СМАС (адаптация А.М. Прихожан) // Диагностика эмоционально-нравственного развития / ред. и сост. И.Б. Дерманова. – СПб., 2002. – С. 60–64.

4. Осипова А.А. Общая психокоррекция: учебное пособие для студентов вузов / А.А. Осипова. – М.: Сфера, 2000.

5. Кинан К. Управление стрессом / К. Кинан; пер. с англ.. – М.: Эксмо, 2006. – 80 с.