

Судурова Умеда Умарджоновна

студентка

Научный руководитель

Кацера Анжелика Александровна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ: КАК СЕМЬЯ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ДЕТЯМ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА СПРАВЛЯТЬСЯ С ЭМОЦИЯМИ

Аннотация: в статье рассматривается важность формирования эмоционального интеллекта у детей с расстройством аутистического спектра, влияние семейной среды на эмоциональное развитие таких ребят. Внимание уделяется особенностям аутизма, касающиеся эмоционального восприятия, выражения и методам поддержки эмоционального развития младших школьников с РАС. В заключении работы подчеркивается, что семья является первым и ключевым источником эмоционального воспитания и поддержки для детей с аутизмом.

Ключевые слова: расстройство аутистического спектра, эмоциональный интеллект, эмоциональное воспитание, роль семьи.

В настоящее время формирование эмоционального интеллекта играет неоспоримую роль в жизни детей младшего школьного возраста с расстройством аутистического спектра, так как именно в этом возрасте для них происходят наибольшие изменения и эмоциональные потрясения: адаптация в школьной среде, новый статус и формирование новых межличностных отношений как со сверстниками, так и со взрослыми.

Изучение влияния семейной среды на эмоциональное развитие детей с аутизмом является актуальной задачей, требующей исследования и создания ре-

комендаций для родителей, чтобы оказать помощь детям в преодолении их эмоциональных трудностей и в успешной адаптации к социальному окружению, так как именно в рамках семьи закладываются основы эмоционального развития.

Чтобы лучше понимать специфику данной темы нужно для начала обратиться с основными определениями:

Расстройство аутистического спектра – это название большой группы расстройств развития, при наличии которых человек может испытывать трудности в общении, поведении и социализации, они сопровождают его всю жизнь, зародившись еще в детстве. РАС характеризуются трудностями с социальным взаимодействием, социальной коммуникацией и гибкостью мышления. Это называется триадой нарушений [1].

Эмоциональный интеллект – это способность распознавать, понимать и управлять своими эмоциями, а также эмоциями других. Основные элементы эмоционального интеллекта включают в себя: самосознание (осознание своих эмоций), саморегуляцию (управление эмоциями), мотивацию, эмпатию (способность понимать чувства других) и социальные навыки (управление межличностными отношениями).

Развитый эмоциональный интеллект повышает шансы детей на социальную интеграцию и снижает их уровень тревожности, а также каких-либо агрессивных поведенческих реакций, формируя навыки саморегуляции и самоконтроля, а также способствуя укреплению самосознания и самооценки, что, в свою очередь, влияет на их общее качество жизни. Проблемы с пониманием и интерпретацией социальных сигналов, часто наблюдаемые у детей с аутизмом, могут быть облегчены благодаря целенаправленным усилиям по развитию эмоционального интеллекта.

Особенности аутизма, касающиеся эмоционального восприятия и выражения, включают.

1. Сложности в понимании эмоциональных состояний людей вокруг. Дети с аутизмом зачастую не имеют врожденной способности распознавать чувства других.

2. Неадекватные реакции на эмоциональные проявления окружающих. К примеру, ребенок может заплакать, когда взрослый смеется, или начать смеяться, когда кто-то плачет.

3. Неполюценность собственного выражения эмоций через мимику и интонацию речи. Эмоциональные и телесные проявления у детей с аутизмом часто бедны, неясны и неправильно соотносятся с ситуацией.

4. Чрезмерное выражение эмоций. Преобладают негативные чувства, при этом положительные и отрицательные эмоции не разделяются.

5. Затруднения в выражении своего эмоционального состояния. Плачь может быть однородным и не менять интонации, также могут наблюдаться резкие смены настроения и отсутствие выражения радости (вместо него проявляется возбуждение или экзальтированность).

6. Дефицит даже в проявлении самых ярких эмоций. Например, ребенок может не уметь плакать.

Все эти особенности свидетельствует о том, что дети с расстройством аутистического спектра имеют низкую связь с понимаем, распознаванием и выражением как своих эмоций, так и окружающих людей, то есть дети имеют низкую, даже ограниченную гибкость в эмоциональных реакциях, поэтому важно учитывать все эти особенности, уметь их регулировать и положительно влиять на них. Как раз в этом и помогает семья. Её роль заключается в содействии развитию эмоциональной адаптивности у детей с аутистическим спектром, предлагая понимание и опыт, которые помогут им лучше ориентироваться в мире эмоций, выстраивании межличностных отношений и взаимодействии с окружающим миром. Значит, именно семья является первым и ключевым источником эмоционального воспитания для ребенка и его эмоциональной осведомленности.

Эмоциональное воспитание – это целенаправленный процесс, включающий в себя развитие компонентов эмоционального интеллекта, непосредственно связанный с деятельностью, в результате которого ребенок получает навыки и умения распознавать, понимать свои эмоции и управлять ими [2].

Методы поддержки для эмоционального развития младшего школьника с РАС, которые можно использовать в семье:

1) называние эмоций – взрослые постоянно называют эмоции, которые испытывают сами и ребенок («Ты расстроен, потому что...», «Я чувствую радость от...»). Это помогает ребенку формировать словарный запас для описания своих чувств;

2) театрализованные игры – взаимодействие с персонажами позволяет детям проявлять опосредованно эмоции, состояния, действия, которые в обычной жизни ребёнок с аутистическими проявлениями не может или не позволяет себе проявлять;

3) обучение стратегиям совладания со стрессом: дыхательные упражнения, релаксация, методы саморегуляции такие как, рисование, лепка, изготовление поделок из разнообразного материала.

Таким образом, воспитание в семейной среде эмоциональных навыков и методы, способствующие их развитию, не являются одноразовым мероприятием, а представляют собой непрерывный процесс, требующий значительных временных затрат. В этой связи семья оказывается важной опорой в эмоциональном становлении ребенка, выполняя роль основного источника поддержки и стабильности, обеспечивая необходимую среду для формирования и укрепления его эмоциональных умений.

Список литературы

1. Милованова А.Н. Разработка мобильного приложения для развития эмоционального интеллекта у детей с расстройством аутистического спектра: 09.04.03: дис. ... техн. наук / А.Н. Милованова; науч. рук. Н.Н. Абакумова. – Томск: НИ ТГУ, 2020. – 67 с.

2. Шестакова Л.М. Эмоциональное воспитание при формировании эстетической культуры ребенка / Л.М. Шестакова // Казанский педагогический журнал. – 2023. – №1. – С. 235–241. – DOI 10.51379/KPJ.2023.158.1.027. – EDN HRVXEY