

Селиванова Елена Викторовна

педагог-психолог

МАОУ «Гимназия №9»

г. Красноярск, Красноярский край

ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПОДХОД К РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

***Аннотация:** в данной статье обсуждается актуальность психологического развития эмоционально-личностной сферы детей с ОВЗ, а также предлагается интегративный подход к развитию эмоциональной сферы, основанный на элементах нарративной терапии, арт-терапии и играх по развитию эмоционального интеллекта, предложенных Ю.Б. Гиппенрейтер.*

***Ключевые слова:** эмоционально-личностная сфера, нарративный подход, эмоциональный интеллект, арт-терапия.*

Недостаточно зрелую эмоционально-личностную сферу имеют дети с ОВЗ с различными особенностями в умственном, речевом, физическом и психическом развитии, это осложняет социальную и психологическую адаптацию детей, создает помехи в учебном процессе.

При этом важнейшим аспектом эмоциональных явлений является их осознание, самооценка. Эмоции как отражение мотивов и результатов деятельности существуют либо в виде неосознаваемых или осознаваемых лишь частично переживаний, о которых человек не может дать вербальный отчет, либо в виде четко осознанных эмоциональных состояний или реакций, которые могут быть выражены в словесных категориях. Осознание собственных эмоций (их когнитивная самооценка) выполняет не только функцию регуляции деятельности и поведения в целом, но и функцию саморегуляции, направленную на коррекцию собственных личностных качеств. Осознание эмоций непосредственно связано с возможностью их произвольной регуляции [1].

Таким образом, помочь ребенку развить эмоциональную компетентность, включающую умение понимать и осознавать свои эмоции, замечать проявления эмоций у других людей, а также понимать их, учиться выражать собственные эмоции в социально приемлемых формах – значит помочь ему встать на путь личностного саморазвития и коммуникативной компетентности, способствовать его полноценной социальной адаптации.

Кроме того, развитие эмоционально-волевой сферы часто является необходимым специальным условием получения образования для ребенка с ОВЗ, что прописано в заключении ПМПК, а, соответственно, служит прямым руководством для организации коррекционно-развивающих занятий с психологом.

За время практической деятельности в должности школьного психолога мне неоднократно приходилось сталкиваться с обращениями родителей и педагогов по поводу поведения и сложностей в учебной деятельности детей с эмоционально-личностными расстройствами. Эти дети нуждаются в комплексе лечебных, коррекционных и педагогических воздействий, а также особого подхода со стороны родителей.

Психологическое сопровождение учащихся с недостаточно зрелой эмоционально-личностной сферой осуществляю по следующим направлениям:

1. Информационная и консультативная помощь педагогу, включающая в себя рекомендации по индивидуализированной помощи, по взаимодействию с ребенком в ситуациях проявления незрелых эмоциональных реакций, профилактике трудностей и межличностных конфликтов.

2. Консультативная помощь родителям, направленная на нормализацию детско-родительских отношений (ребенок с незрелой эмоциональной сферой может восприниматься в семье как непослушный, плаксивый, капризный и т. п.), а также на выработку полезного для развития и здоровья ребенка режима дня, учебных занятий и физической активности. Часто требуется разъяснение родителям особенностей психического развития ребенка, непреднамеренности его негативного поведения, а также проводится беседа о необходимости консультаций у медицинских специалистов. В качестве ресурса для приобретения знаний и

практических навыков общения с ребенком часто рекомендую книги Ю.Б. Гиппенрейтер [2].

3. Коррекционная психологическая помощь ребенку зависит от конкретных особенностей эмоционально-личностной сферы ребенка, программа составляется на основе наблюдения, сбора анамнеза и психологической диагностики эмоционально-личностной и коммуникативной сфер.

Важным аспектом повышения адаптивного потенциала ребенка является развитие способности к эмоциональной саморегуляции. Обсуждаемая группа детей имеет свои особенности в личностном развитии, они резко реагируют на замечания, запреты или обиды, могут проявлять непослушание, повышенные эмоциональные реакции. При этом сам ребенок может знать о таких своих особенностях и страдать от них. Для развития эмоциональной саморегуляции детей я использую следующую схему:

1. Развитие эмоционального интеллекта. Каждое занятие посвящено определенной эмоции. В программе обычно 10–12 занятий. В качестве наглядного материала использую карточки из комплекта психологических игр «Развиваем эмоциональный интеллект» Ю.Б. Гиппенрейтер [3]. С ребенком обсуждаются вербальные и невербальные проявления эмоций, ситуации их проявления, а также происходит обращение к его личному опыту эмоциональных переживаний. Затем ребенок изображает эмоцию с помощью красок или других изобразительных средств. На этом этапе ребенок учится дифференцировать свои эмоции, а также делится собственными переживаниями, что позволяет отреагировать негативный опыт (в случае с негативными чувствами) и найти ресурсные состояния (в случае с позитивными чувствами). Также эта техника позволяет перейти к обсуждению имеющихся у ребенка проблем саморегуляции.

2. Когда удастся подойти к признанию наличия сложностей в поведении у ребенка (часто дети сами активно о них говорят), в дальнейшей работе с проблемой использую нарративные техники экстернализации и названия проблемы. Это позволяет снять негативные чувства, связанные с проблемой (вины, гнева и т. п.) и придумать средства борьбы с ней. На этом этапе я также использую

элементы арт-терапии: ребенок изображает проблему, а затем ее видоизменяет либо вносит в изображение другие полезные для преодоления проблемы поправки. На следующих занятиях обязательно происходит обсуждение того, как ребенку удастся справиться с проблемой и что ему помогает.

Если от техник первого пункта схемы мы ожидаем долгосрочного и накопительного эффекта, который будет проявляться в общем эмоциональном развитии ребенка, то применение нарративных техник позволяет увидеть результат почти сразу – ребенок присваивает инструмент саморегуляции, который может использовать при повторном проявлении проблемы, и, как показывает практика, наступает улучшение поведения ребенка.

3. Эффективной формой для развития эмоционально-личностной сферы считаю также развивающие психологические занятия в малых группах. Важным аспектом, определяющим результативность занятий в группе, является правильный подбор участников. Количество детей, имеющих серьезные нарушения в эмоциональной сфере, сопровождающихся повышенной возбудимостью, должно быть минимальным (оптимально – один ребенок), так как сопутствующее таким нарушениям поведение оказывается «заразительным» для других детей, что может произвести негативный эффект. Для таких занятий считаю хорошо зарекомендовавшими себя программы «Психологическая азбука» И. Вачкова, «Я учусь владеть собой» С.В. Крюковой, Н.П. Слободяник, а также цикл коррекционно-развивающих занятий «Социально-психологическая адаптация ребенка в обществе» С.И. Семенака. В групповых занятиях также использую игровые техники, предложенные Ю.Б. Гиппенрейтер [3].

Как и во всех случаях психотерапевтических занятий с детьми, наилучший результат достигается при участии родителей в этих занятиях или хотя бы при их заинтересованности и понимании происходящего с ребенком.

Список литературы

1. Нейропсихология / Е.Д.Хомская. – СПб.: Питер, 2016.
2. Общаться с ребенком. Как? / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: ЧеРо, 2004.

3. Развиваем эмоциональный интеллект / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: АСТ, 2014.
4. Психологическое сопровождение ребенка с СДВГ на основе интегративного подхода [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://univerfiles.com/2776859> (дата обращения: 23.11.2018).