

Методическая консультация **Эмоциональное развитие детей с особенностями развития.**

Морозова А.В.
педагог-психолог РРЦ

Эмоции - особый класс психических процессов и состояний, который составляет переживаемые в различной форме отношения человека к предметам и явлениям действительности. **Эмоции** и чувства - специфическая форма отражения действительности. Если в познавательных процессах отражаются предметы и явления, то в чувствах - значимость этих предметов и явлений для данного человека в конкретной ситуации. То есть чувства носят личностный характер. Они связаны с потребностями и выступают показателем того, как происходит их удовлетворение.

Детям с РАС присущи разнообразные страхи, неадекватность поведения, негативизм, агрессивность, отсутствие интереса и понимания окружающего мира. Основной проблемой становится трудность организации положительной коммуникации с таким ребенком, поскольку он проявляет повышенную эмоциональную холодность. Наблюдается выраженная эмоциональная незрелость ребенка, поэтому в работе нужно адекватно оценивать его реальный эмоциональный возраст, который может быть значительно меньше биологического возраста. У ребенка отсутствует адекватное эмоциональное реагирование в различных ситуациях в связи с неумением различать эмоциональные состояния окружающих по их проявлениям мимике, жестам, движениям. За внешними эмоциональными проявлениями дети не умеют угадывать смысл поведенческих реакций, окружающих и реагировать в соответствии с этим смыслом.

Пример упражнения 1: Задачи: знакомство с тем, как выглядит эмоция на лице другого человека. Оборудование: карточки со схематическими изображениями эмоций. Взрослый держит карточки у себя в руках, вытаскивает по одной. Взрослый показывает карточку ребенку, демонстрирует эмоцию на своем лице, проговаривает фразу-маркер. После небольшой паузы называет эмоцию.

Фразы-маркеры:

Радость – Мне весело, я улыбаюсь

Удивление – Ого! Вот это да!

Грусть – Мне грустно, я плачу

Страх – Мне страшно! Я боюсь.

Злость – Я злюсь!

Отвращение – Фууу. Мне противно.

Последовательность оказания помощи:

1. Покажите своими руками на своем лице, попросите ребенка повторить движение.
2. Возьмите руки ребенка и помогите ему выстроить выражение на его лице.
3. Если ребенок позволяет прикасаться специалисту к его лицу, то своими руками помогите ребенку выстроить мимическое выражение.

Упражнение 2 Задачи: тренировка навыка распознавания эмоций и их идентификации

(называния, если ребенок пользуется речью); диагностика способности воспринимать стимульный материал определенной сложности. Оборудование: карточки со схематическими изображениями эмоций. Взрослый складывает все карточки у себя и вытаскивает их по одной. Взрослый держит карточку перед ребенком и спрашивает: «Что это?». Карточки можно как держать в руке перед глазами ребенка, так и выкладывать на горизонтальную поверхность (стол, пол).

+ Если ребенок называет эмоцию правильно, то взрослый положительно подкрепляет ответ ребенка, затем убирает карточку и вытаскивает следующую.

- Если ребенок называет эмоцию неправильно, то взрослый подсказывает.

Подсказки, специфичные для упражнения 2:

1. Спрашивает: «Что это? Попробуй еще раз»

2. Прячет карточку-мишень, вытаскивает конфликтную карточку, показывает ее ребенку и спрашивает: «Что это?».

3. Если ребенок определяет конфликтную карточку правильно (см. п.3 системы подсказок), то взрослый прячет ее и показывает карточку-мишень, спрашивает: «Что это?». Если ребенок определяет конфликтную карточку неправильно, то взрослый переходит к п. 5 этого списка.

4. Взрослый держит обе карточки, конфликтную и мишень, рядом.

Спрашивает, выдвигая конфликтную немного вперед (или показывая на нее, если карточки не держатся в руках, а выкладываются на горизонтальной поверхности): «Что это?». Если получает правильный ответ, то спрашивает про карточку-мишень (немного выдвигая ее вперед/показывая на нее пальцем): «Что это?».

Ситуация может развиваться несколькими способами: ребенок узнает мишень, никак не назовет мишень или неправильно назовет мишень. За исключением первого варианта в остальных случаях, в том числе, если ребенок неправильно определил конфликтную карточку, переходите к следующему пункту этого списка.

5. Взрослый берет карточку-мишень, показывает ее ребенку, демонстрирует эмоцию на своем лице, проговаривает фразу-маркер и называет эмоцию. Затем достает следующую карточку. Упражнение продолжается.

Как вы подкрепляете поведение детей, которое вам нравится? Что вы делаете, если какие-либо действия или поступки ребенка вам не нравятся? В первом случае, скорее всего, применяйте так называемое положительное подкрепление. Это может быть ласковое слово, похвала, поощрение. Во втором случае мы, как правило, применяем отрицательное подкрепление-окрик, нахмуривание бровей, выговоры.

Отметьте для себя, насколько часто вы прибегаете к положительному или отрицательному подкреплению. Какое из подкреплений преобладает в вашей манере воспитания? Попробуем представить какой-либо день и ребенка, который чаще всех вас раздражает и пересчитать, сколько раз мы подкрепили положительно то, что вам в ребенке понравилось, и сколько раз подкрепили отрицательно не понравившееся вам поведение. Часто мы считаем само собой разумеющимся правильное поведение ребенка и забываем отметить его. Иногда это верно. Ведь повседневное, привычное поведение ребенка и не надо подкреплять. Но если вы хотите закрепить

понравившееся поведение, которое ребенок проявляет нечасто, то лучше всего его отметить положительным подкреплением.

Взрослые, как правило, стараются отмечать отрицательным подкреплением нежелательное поведение детей и забывают отметить положительным подкреплением хорошие его поступки. Получается, что они обращают внимание на своего ребенка только тогда, когда он делает что-то не так. Многие дети, таким образом, приучаются получать хоть какое-то внимание взрослых и сверстников, пусть даже основанное на отрицательном подкреплении. Уж лучше так, чем совсем ничего. Таким образом, у ребенка вырабатывается система негативного поведения для получения внимания.

Естественно, если нужное вам поведение у ребенка не встречается, то его нельзя подкреплять. Но если вы отрицательно подкрепляете поведение ребенка, которое вас не устраивает, то не обязательно после этого вы вызовете то поведение, которое вам бы хотелось получить.

Ребенок с помощью отрицательного подкрепления будет знать, чего делать нельзя, но не научится вести себя так, как бы вам хотелось. Если же вы замечаете хотя бы очень малые проявления нужного вам поведения у ребенка и сразу же положительно подкрепляете их, то это может выработать у ребенка желаемое вами поведение.

Система выработки нужного поведения с помощью положительных подкреплений хорошо иллюстрируют ваши телефонные разговоры. Если вы всегда радуетесь звонкам значимых для вас людей, то они при каждом своем звонке получают положительное подкрепление, и вероятность того, что они будут звонить чаще, увеличивается. Если же вы хотите, чтобы вам звонили чаще, но при каждом звонке начинаете делать отрицательное подкрепление типа «Почему ты не позвонил, почему я должна звонить, ты мне никогда не звонишь» и т.д., то вы, скорее всего, создадите ситуацию, при которой звонящий будет звонить реже, избегая ваших отрицательных подкреплений.

Таким же образом срабатывают порой ваши положительные и отрицательные подкрепления относительно ваших детей.

Коррекционно-развивающие направления эмоциональной сферы у детей с РАС:

Арт-терапия преследует единую цель — гармоническое развитие ребенка с проблемами, расширение возможностей его социальной адаптации посредством искусства.

Особую ценность арт-терапевтическая работа может иметь для детей и взрослых, испытывающих определенные затруднения в вербализации своих переживаний, например из-за речевых нарушений, аутизма или малоконтактности, а также сложности этих переживаний и их «невыразимости» (у лиц с посттравматическим стрессовым расстройством). Это не значит, что арт-терапия не может быть успешной в работе с лицами, имеющими хорошо развитую способность к вербальному общению. Для них изобразительная деятельность может являться альтернативным «языком», более точным и выразительным, чем слова.

Дети в большинстве случаев затрудняются в вербализации своих проблем и переживаний. Невербальная экспрессия для них более естественна. Особенно это значимо для детей с речевыми нарушениями, т. к. их поведение более спонтанно и они

менее способны к рефлексии своих действий и поступков. Их переживания «выходят» через художественное изображение более непосредственно. Такой «продукт» прост для восприятия и анализа.

Современная арт-терапия направленная на коррекцию эмоциональной сферы у детей с РАС включает в себя следующие направления:

- изотерапия — лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д.;
- имаготерапия — воздействие через образ, театрализацию, драматизацию;
- музыкотерапия — воздействие через восприятие музыки;
- сказкотерапия — воздействие посредством сказки, притчи, легенды;
- кинезитерапия — воздействие через танцевально-двигательную;
- коррекционную ритмику (воздействие движениями), хореотерапию;
- игровая терапия и т. д.

В психокоррекционной практике Арт-терапия психологами рассматривается как совокупность методик, построенных на применении разных видов искусства в своеобразной символической форме, которые позволяют с помощью стимулирования креативных проявлений ребенка осуществить коррекцию психоэмоциональных, поведенческих и других нарушений личностного развития.

Сущность Арт-терапии состоит в терапевтическом и коррекционном воздействии искусства на субъекта, которое проявляется в:

- реконструировании психотравмирующей ситуации с помощью художественно - творческой деятельности;
- актуализации переживаний и выведении их во внешнюю форму через продукт художественной деятельности;
- создании новых, эмоционально позитивных переживаний, их накоплении;
- актуализации креативных потребностей и их творческом самовыражении.

Функциями Арт-терапии являются:

1. Катарсическая — очищающая, освобождающая от негативных состояний.
2. Регулятивная — снятие нервно-психического напряжения, регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния.
3. Коммуникативно-рефлексивная — обеспечивающая коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки.

В Арт-терапии не делается акцент на целенаправленное обучение и овладение навыками и умениями в каком-либо виде художественной деятельности.

Анализируя данные преимущества, можно сделать вывод о «мягкости» арттерапевтических методов. Важно отметить, что арт-терапия и является универсальным методом психотерапевтического и психокоррекционного воздействия на личность ребенка.

Музыкотерапия

Музыкотерапия — это вид арт-терапии, где музыка используется в лечебных или коррекционных целях. В настоящее время музыкотерапия является целым психокоррекционным направлением (в медицине и психологии), имеющим в своей

основе два аспекта воздействия: психосоматическое (в процессе которого осуществляется лечебное воздействие на функции организма) и психотерапевтическое (в процессе которого с помощью музыки осуществляется коррекция отклонений в личностном развитии, психоэмоциональном состоянии).

Если говорить о музыкотерапии с точки зрения ее влияния на физическую, эмоциональную и интеллектуальную сферы организма, то, поскольку музыка является языком невербальной коммуникации, наибольший эффект достигается во влиянии на чувства и настроения человека, ослабляя негативные переживания в процессе их катарсической разрядки под воздействием музыки.

Достоинствами музыкотерапии являются:

1. Абсолютная безвредность;
2. Легкость и простота применения;
3. Возможность контроля;
4. Уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени

Специалисты различают пассивную и активную формы музыкотерапии. В первом случае пациентам предлагают прослушивать различные музыкальные произведения, соответствующие состоянию их психологического здоровья и ходу лечения. Те, кто хоть раз общался с ребенком с ограниченными возможностями, знают, как трудно найти тропинку к его сердцу. Поэтому естественность и доступность, которая есть в музыке, - одна из причин бурного развития музыкальной терапии в последние десятилетия. Полезность музыкотерапии в работе с детьми с ограниченными возможностями в том, что она:

- помогает укрепить доверие, взаимопонимание между участниками процесса;
- помогает ускорить прогресс терапии, так как внутренние переживания легче выражаются с помощью музыки, чем при разговоре;
- музыка усиливает внимание к чувствам, служит материалом, усиливающим осознание;
- косвенно повышается музыкальная компетенция, возникает чувство внутреннего контроля и порядка.

Формирование богатой эмоциональной сферы ребенка достигается за счет вовлечения его в широкий круг музыкальных художественных переживаний, формирование высокого строя мыслей.

Сказкотерапия

Сказкотерапия - это лечение сказками, при котором происходит совместное с ребенком открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими.

Психокоррекционные сказки создаются для мягкого влияния на поведение ребенка. Под коррекцией здесь понимается «замещение» неэффективного стиля поведения на более продуктивный, а также объяснение ребенку смысла происходящего.

Сказки, раскрывающие глубинный смысл происходящих событий. Истории помогающие увидеть происходящее с другой стороны. Они не всегда однозначны, не всегда имеют традиционно счастливый конец, но всегда глубоки и проникновенны. Психотерапевтические сказки часто оставляют человека с вопросом. Это в свою очередь, стимулирует процесс личностного роста.

Медитативные сказки создаются для накопления положительного образного опыта, снятие психоэмоционального напряжения, создание лучших моделей взаимоотношений, развитие личностных потенциалов.

Изотерапия

Изотерапия — терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием, используется в настоящее время для психологической коррекции клиентов с невротическими, психосоматическими нарушениями, детей и подростков с трудностями в обучении и социальной адаптации, при внутрисемейных конфликтах. Рисование развивает чувственно-двигательную координацию, так как требует согласованного участия многих психических функций. По мнению специалистов, рисование участвует в согласовании межполушарных взаимоотношений, поскольку в процессе рисования активизируется конкретно-образное мышление, связанное, в основном, с работой правого полушария, и абстрактно-логическое, за которое ответственно левое полушарие.

Психокоррекционные занятия с использованием изотерапии служат инструментом для изучения чувств, идей и событий, для развития межличностных навыков и отношений, укрепления самооценки и уверенности в себе.

Изотерапия дает положительные результаты в работе с детьми с различными проблемами — задержкой психического развития, речевыми трудностями, нарушением слуха, умственной отсталостью, при аутизме, где вербальный контакт затруднен. Во многих случаях рисуночная терапия выполняет психотерапевтическую функцию, помогая ребенку справиться со своими психологическими проблемами.

Хотелось бы кратко рассказать о наиболее распространенных приемах изотерапии (работа с красками, каранлашами и природным материалом).

Марания

В буквальном понимании «марать» — значит «пачкать, грязнить». В нашем случае, в условиях арт-терапии, речь идет о спонтанных рисунках дошкольников и младших школьников, выполненных в абстрактной манере. Кроме внешнего подобия изображений, есть сходство в способе их создания: ритмичности движения руки, композиционной случайности мазков и штрихов, размазывании и разбрызгивании краски, нанесении множества слоев и смешивании цветов.

Марания могут проходить не только в виде непосредственных раскрашиваний, размазываний.

Марания эффективны для помощи ребенку или родителям выразить свои эмоции. Наиболее насыщенными по воплощению и эмоционально яркими являются гуашевые или акварельные изображения. При помощи мараний можно рисовать такие вещи, как страхи, гнев, в дальнейшем преобразовывать их во что-то позитивное. Их можно облечь в привлекательную для детей форму: они могут замазывать краской вход в пещеру; брызгами, пятнами, разнообразными линиями создавать города, явления природы, сказочных существ; закрашивать цветными мелками собственный силуэт, нарисованный на полу. Марания по внешнему виду порой выглядят как деструктивные действия с красками, мелками. Однако игровая оболочка оттягивает внимание от не принимаемых в обычной жизни поступков, позволяет ребенку без опасений удовлетворить деструктивные влечения. У мараний нет категорий «правильно-неправильно», «хорошо-плохо», нет эталонов. Отсутствие критериев

оценки мараний исключает и саму оценку. Т.е. это снимает тревожность и помогает выплеснуть агрессию, страх и пр.

Штриховка, каракули

Штриховка – это графика. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Под штриховкой и каракулями в нашем случае понимается хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги, пола, стены, мольберта и пр.

Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми, либо, наоборот, выверенными и точными. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере.

Штриховки и каракули могут иметь различное воплощение:

- заполнение пространства (тонирование, создание фона, закрашивание штрихами выделенной поверхности);
- рисование отдельных линий или их сочетаний (передача «характера» и взаимоотношений линий, например, грустной, испугавшейся линии, ссоры; так же появляются волны, лучи солнца, ветер, языки огня, взрывы, препятствия);
- изображение объектов и символов в ритмической манере, например, рисование под музыку.

Штриховки и каракули помогают расшевелить ребенка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение перед рисованием. Штриховки просты в исполнении, занимают непродолжительное время, потому уместны в качестве зачина арт-занятия.

Штриховки и мараения происходят в определенном ритме, который оказывает благотворное влияние на эмоциональную сферу ребенка. У каждого ребенка он свой, диктуемый психофизиологическими ритмами организма. Ритм присутствует во всех жизненных циклах, в том числе в режиме дня, чередовании напряжения и расслабления, труда и отдыха и т.д. Ритм создает настрой на активность, тонизирует ребенка.

Рисунки на стекле

Перед тем как предложить ребенку стекло, надо обязательно обработать его кромку в мастерской (техника безопасности). А лучше взять прозрачный пластик или пластиковую доску для лепки.

Описанный прием используется для профилактики и коррекции тревожности, социальных страхов и страхов, связанных с результатом деятельности («боюсь ошибиться»). Подходит зажатым детям, так как провоцирует активность. Раскрывает детей, «задавленных и затюканных» замечаниями учителей и родителей, учебными неудачами, нагрузкой, непомерными требованиями. Совместное рисование на одном стекле как проблемная ситуация провоцирует детей устанавливать и поддерживать контакты, формировать умение действовать в конфликте, уступать или отстаивать позиции, договариваться.

Рисование пальцами

Даже никогда не рисовав пальцами, можно представить особенные тактильные ощущения, которые испытываешь, когда опускаешь палец в гуашь или в пальчиковую краску — плотную, но мягкую, размешиваешь краску в баночке, подцепляешь некоторое количество, переносишь на бумагу и оставляешь первый мазок. Это целый ритуал! Рисование пальцами не бывает безразлично ребенку. В связи с нестандартностью ситуации, особыми тактильными ощущениями, экспрессией и

нетипичным результатом изображения, оно сопровождается эмоциональным откликом, который может иметь широкий диапазон от ярко отрицательной до ярко положительной. Новый опыт эмоционального принятия себя в процессе рисования, пробы несвойственных ребенку характеристик поведения, расширяют и обогащают образ Я.

Рисование сухими листьями (сыпучими материалами и продуктами)

Сухие листья приносят много радости детям. Даже если вы не производите с ними никаких действий, а просто держите их в ладонях, перцептивные впечатления после привычного пластика, полиэстера и ДСП вызывают сильный эмоциональный отклик. Сухие листья натуральны, вкусно пахнут, невесомы, шершавы и хрупки на ощупь. С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеим, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Эффектно выглядят изображения на тонированной и фактурной бумаге.

При рисовании происходит:

- Расставание с негативными эмоциями и прорисовывание тяжелого дня или события.
- Переживание и усмирение ярости, гнева, злости. Тогда можно избежать наказания, обидных слов и действий. Лучше — отдать все на откуп бумаге, линиям, краскам, фигурам и объектам.
- Совместная деятельность и уникальная возможность в процессе, наводящими вопросами о рисунке узнавать, что тревожит ребенка. И главное - как вы можете ему помочь.
- Наблюдение со стороны и раннее упреждение проблемы, вплоть до обращения к специалисту. Присмотритесь: не сменились ли резко цвета, размеры, плавность линий, неполнота картины. Внезапные изменения на протяжении длительного времени - уже повод для деликатного разговора.

Танцевально- двигательная терапия

Большое влияние на развитие танце-двигательной терапии оказала аналитическая психология К. Юнга. "Тело без души нам ни о чем не говорит, так же как - позволим себе встать на точку зрения души - душа ничего не может значить без тела..." К.Юнг считал, что артистические переживания, которые он называл "активным воображением", выраженные, например, в танце, могут извлечь неосознанные влечения и потребности из бессознательного и сделать их доступными для катарсического освобождения и анализа. "Душа и тело - не отдельные сущности, а одна и та же жизнь". На развитие танце-двигательной терапии повлияла психоаналитическая теория, в частности, взгляды Вильгельма Райха на характер человека как защитный панцирь, сдерживающий инстинктивные проявления человека. Райх полагал, что каждое проявление характера имеет соответствующую ему физическую позу, и, что характер индивидуума выражается в его теле в виде мышечной ригидности и зажимов. По Райху, человек, освободившись с помощью специальных физических упражнений от мышечного панциря, познает свое тело, осознает свои внутренние побуждения диссонанс между вербальным и невербальным сообщением человека и принимает их. Это ведет к развитию в человеке способности к саморегуляции и гармоничной жизни в соответствии с его глубинными стремлениями и чувствами, иначе говоря, к физическому и психологическому росту.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод о том, что танцевдвигательная терапия - это вид психотерапии, который использует движение для развития социальной, когнитивной, эмоциональной и физической жизни человека. Использовать танцевдвигательную терапию можно в работе с людьми с разнообразными эмоциональными проблемами, снижением интеллектуальных возможностей и тяжелыми заболеваниями.

Песочная терапия

Песочная терапия в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении клиента, благодаря которому на бессознательно-символическом уровне происходят отреагирование внутреннего напряжения и поиск путей развития. Это один из психокоррекционных, развивающих методов, направленных на разрешение личностных проблем через работу с образами личного и коллективного бессознательного.

В качестве материалов используются песок, вода и миниатюрные фигурки. С их помощью детям предлагается создавать композиции на специальном подносе.

Основная цель песочной терапии — достижение детям эффекта самоисцеления посредством спонтанного творческого выражения содержаний личного и коллективного бессознательного. Включение этих содержаний в сознание, укрепление Эго и установление качественно нового взаимодействия Эго с глубинным источником психической жизни — целостным Я. В результате происходит значительное усиление способности человека к самодетерминации и саморазвитию.

Игровая терапия

Игровая терапия — метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у детей, в основу которого положен свойственный ребенку способ взаимодействия с окружающим миром — игра.

Игра — это произвольная, внутренне мотивированная деятельность, предусматривающая гибкость в решении вопроса о том, как использовать тот или иной предмет. Игра является для ребенка тем же, чем речь является для взрослого. Это средство для выражения чувств, исследования отношений и самореализации. Игра представляет собой попытку ребенка организовать свой опыт, свой личный мир. В процессе игры ребенок переживает чувства контроля над ситуацией, даже если реальные обстоятельства этому противоречат.

Психо-коррекционный эффект игровых занятий достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта с психологом. Основная цель игровой терапии — помочь ребенку выразить свои переживания наиболее приемлемым для него образом — через игру, а также проявить творческую активность в разрешении сложных жизненных ситуаций, «отыгрываемых» или моделируемых в игровом процессе.

Все вышеупомянутые арт-терапевтические методики в психокоррекции способствуют гармонизации личности детей с проблемами через развитие способностей самовыражения и самопознания, обеспечивают коррекцию психоэмоционального состояния ребенка, психофизиологических процессов посредством соприкосновения с искусством.